

# まごころ

2023  
Vol.81  
夏号

特集

健康診断について

「もじと皆さんとふれ合いたい」  
まごころコラム

- 健診マンモグラフィ受けてみませんか
- コラムシリーズ② 糖尿病の合併症を知る「糖尿病網膜症」
- おすすめ料理：経口補水液



## 病院理念

みなさまの一日も早い社会復帰を願い、地域住民から安心され信頼され共感を得られる組織作りを目指します。

## 患者様の権利

1. 思いやりのこもった、礼儀正しい応対を受けることができます。
2. 安全で適切な医療を平等に受けることができます。
3. 病状・治療・予後について事実を知り、理解し納得できるまで十分な説明を受け、自由に意見をのべることができます。  
また、他の病院の医師に意見(セカンドオピニオン)を聞くことができます。
4. 診療録(カルテ)開示については、当院の手続きに従って、自己の全ての診療記録、画像、各種検査記録などを見たり、その写しの交付を受けることができます。
5. 十分理解した上で、検査・治療法などに同意・選択・拒否をすることができます。
6. 個人情報や、医療に関する情報の秘密は守られます。
7. 全ての医療費について説明を受けることができます。
8. 医療・介護・福祉・健康について医療従事者を通じて学習することができます。



# 特集

## 井上病院でご利用いただける 健康診断について



当院では労働安全衛生法で定められた一般健康診断と特殊健康診断、市町村やご加入されている保険者が行う特定健診や各種がん検診を受診いただけます。

なにを受けたいの？

### 糸島市在住の方

要予約

- ①糸島市国民健康保険の特定健診(40歳~74歳)
- ②胃がん(胃カメラ)検診(50歳以上の偶数年齢)
- ③乳がん(マンモグラフィ)検診(40歳以上の偶数年齢)

受診券の発行は  
糸島市  
健康づくり課へ  
092-332-2069



### 35歳以上の協会けんぽにご加入の方

要予約

**生活習慣病予防健診** 法定健診にがん検診をプラスしたお得な健診です。  
今年度より自己負担額が引き下げられ受診しやすくなりました！



一般健診 5,282円 結果返却2週間後

(身長・体重・腹囲・血圧・血液検査・視力・聴力・心電図・胸部レントゲン・尿検査・胃部検査・便検査)

#### オプション

付加健診 2,689円(腹部超音波検査・眼底検査・肺機能検査・尿沈渣顕微鏡検査・血液検査7項目)

乳がん検診 1,013円(50歳~74歳の偶数年齢) / 1,574円(40歳~48歳の偶数年齢)

子宮がん検診 970円(36歳~74歳の偶数年齢)

肝炎ウイルス検査 582円(過去に補助を受け実施したことがない方)

保健師と管理栄養士が、早期発見・早期治療・生活習慣の改善のお手伝いをさせていただきます



### 法定健診 労働安全衛生法で義務付けられた定期健康診断

要予約

定期健康診断B 7,700円 結果返却2週間後

(身長・体重・腹囲・血圧・血液検査・視力・聴力・心電図・胸部レントゲン・尿検査)

お気軽に  
お問い合わせ  
ください

### 受診券をお持ちの方

要予約

- ①特定健康診断
- ②風しん抗体検査
- ③乳がん無料クーポン
- ④糸島市個別胃がん検診
- ⑤糸島市個別乳がん検診

- ①市町村国民健康保険は糸島市のみ
- ③糸島市外の方も受診可
- ④⑤糸島市在住の方のみ。
- ③④⑤自覚症状がある方、治療中の方は対象外。

### 雇用時健診

(身長・体重・腹囲・血圧・血液検査・視力・聴力・心電図・胸部レントゲン・尿検査)

9,240円

予約不要。月曜日・火曜日・水曜日・木曜日の14時~16時  
結果返却当日 食後6時間以上絶食にてご来院ください。  
※項目によっては当日に結果をお渡しできない場合もあります。

当院では労働安全衛生法に基づき、就業可否に関する医師の意見は記載できません  
ご予約・お問い合わせ【健康推進室】092-322-3472





## 健診マンモグラフィ受けてみませんか？

いまは9人に1人が乳がんにかかると言われている時代です。

30代後半から急増し、40代後半と60代後半でピークとなっていますが早期発見することで治療が可能となります。

当院では健診マンモグラフィをしています。**女性技師が施行します**ので安心して受けてみてください。

当日は検査のみで後日結果を郵送いたします。その際何かあれば乳腺外来をご案内させていただきます。健診マンモグラフィは5,500円です。



(放射線科)

今年も10月15日(日)にマンモグラフィサンデーを実施します。



この日はマンモグラフィ5,000円、エコー3,000円です。ささやかなプレゼントもご用意しております。気になることなどお気軽にスタッフへお声かけ下さい。

マンモグラフィサンデーは8月からご予約を承ります。

※ご予約の際は「マンモグラフィサンデーの予約」とお伝え下さい。

【予約・お問い合わせ】092-322-3437 (医事課)

### 料理 おすすめ

熱中症対策に！自宅でできる簡単経口補水液を紹介します。



#### 基本の経口補水液

##### 材 料 (1L分)

ミネラルウォーター………800ml(4カップ)  
お湯(80℃以上)………200ml(1カップ)  
砂糖………40g(大さじ4+小さじ1)  
塩………3g(小さじ1/2)  
レモン果汁………20g(大さじ1強)

##### 作り方

- ① お湯に砂糖と塩を加え、よく混ぜる。
- ② 砂糖と塩が完全に溶けたら、ミネラルウォーターとレモン果汁を加えて混ぜ合わせる。

#### アレンジメニュー (オレンジゼリー)

##### 材 料 (500ml分)

100% オレンジジュース…200ml(1カップ)  
お湯(80℃以上)………300ml(1.5カップ)  
塩………1.5g(小さじ1/4)  
ゼラチン………2.5g

##### 作り方

- ① お湯に塩とゼラチンを加え、よく混ぜる。
  - ② 塩とゼラチンが完全に溶けたら、ジュースを加え混ぜ合わせる。
  - ③ 器に②を流し入れ、冷蔵庫で冷し固める。
- ※ゼラチンを入れず、お湯の代わりにミネラルウォーターを使用すると、そのまま飲むこともできます。

#### 料理のポイント

- 使用する水は水道水でも構いませんが、使用前に煮沸し冷ましたものが望ましいです。
- 一日の摂取量は500～1000ml(1L)が目安です。一度に飲みきるのではなく、500mlを1時間かけゆっくりと飲みましょう。
- 経口補水液は市販品や手作りを問わず、砂糖やナトリウム・カリウムが多く含まれます。糖尿病や腎臓疾患をお持ちの方は、まず主治医へ相談を。

(栄養科)

## コラムシリーズ②

### 糖尿病の合併症を知る。「糖尿病網膜症」

「眼科の最終受診はいつですか？」外来診察での私の決まり文句です。

糖尿病網膜症は、3大合併症の一つで、先進諸国における18～65才の失明原因第1位です。

網膜とは、目の後ろ側にある薄い神経の膜で、ものを見るために重要な役割をしており、眼をカメラに例えた場合、フィルムに相当します。

#### ●網膜症の原因は？

持続する高血糖です。

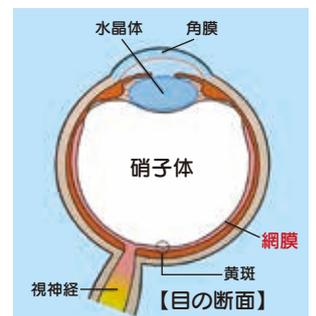
高血糖で、網膜の毛細血管がゆっくりと傷つき閉塞し、血行不良が起こります。

#### ●網膜の血行不良が起こると？

網膜は酸欠状態となり、酸素不足を補おうと「VEGF(血管内皮増殖因子)」という物質を作り、結果として弱くてもろい新しい血管が出来てしまいます。この血管はもろいため、すぐにやぶれ、出血を起こします。

#### ●網膜症の進行は？

軽症の「単純網膜症」から、血管が広く詰まった段階の「増殖前網膜症」の段階を経て、最も重症な「増殖網膜症」へ進行します。増殖前網膜症の時期より眼科でのレーザー治療が必要になることがあります。増殖前網膜症は新生血管が出てきた状態で、眼底出血や網膜剥離や緑内障がおり、視力低下をきたします。深刻な状態で、レーザー治療や抗VEGF硝子体注射が必要となり、場合によっては手術となります。



#### ●網膜症への具体的対策は？

1. 網膜症を作らないことが理想です。発症予防には、厳格な血糖管理が最重要です。血圧、コレステロール、中性脂肪、運動、喫煙など多面的な管理が重要で網膜症の発症進展が半減したとの報告があります。
2. 網膜症を早期発見、速やかに治療することで視力低下を98%防ぐことが可能だと言われています。糖尿病の診断を受けたらまずは眼科受診しましょう。
3. 眼科の検査治療は進歩しています。視力回復と維持を目的に眼科の定期受診をお勧めします。

解説：前田 朋子 医師

# 病院からのお知らせ

## 循環器勉強会



循環器科医師の志賀悠平医師を講師に迎え、勉強会を行っています。

全国的に年々心不全患者は増加傾向にあります。井上病院では個々に合わせた治療や支援ができるよう取り組んでいます。そのためには、医師・看護師だけでなく多職種との連携が必要になってきます。日常の業務の中で各職種がどのような取り組みをしていく必要があるのかを考えることができた勉強会でした。

講義の最後にはディスカッションがあり、自由に意見や質問ができ、充実した勉強会となりました。

(看護部)



	当院の手術件数			1日平均 外来患者数		1日平均 入院患者数	
	整形外科	外科・その他	合計	3月	4月	3月	4月
3月	12	6	18	151	165	69	69
4月	15	3	18	165	169	69	71
5月	11	6	17	169			

## 看護部勉強会

今津赤十字病院、皮膚・排泄ケア認定看護師の講師を招いて、「高齢者へのスキンケア」について研修を行いました。

当院では、入院している患者様や訪問診療・訪問看護を利用している方は高齢者が多く、適切なスキンケアが欠かせません。今回の講義では、高齢者の皮膚の特徴やスキンケアの基本、排泄ケアなどについて知識を深めていきました。実際に、病棟では看護師・看護助手に対してオムツ研修を受けた看護師アドバイザーが、オムツのあてかたの技術チェックを行っています。今後も、スキントラブルを予防しながら、適切なケアが提供できるように取り組んでいきたいと思ひます。

(看護部)



## 外来診療担当表 (令和5年7月1日現在)

手術・学会出張等で変更となる場合がありますので、詳細につきましては受付窓口へお尋ねください。

診療科目	曜日・時間帯	月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日
		午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前
外科	消化器門 肛門科全般	院長	永吉	永吉	永吉 <small>編</small> (九大)	外科	外科	院長	大内田 (九大)	永吉	院長 井上 浩	永吉 <small>※3</small> 井上 浩
	救急・処置室	担当医		担当医		担当医		担当医		担当医		
	乳 腺						院長★		院長★			院長★ 九大★
	内 科 全 般	久原 國弘 (10:00~)	國弘	増谷 高田 (非常勤) (10:30~)	國弘	高田 (非常勤) (10:30~)		高田 (非常勤) (10:30~)	久原	國弘		
内科	血液腫瘍内科 内科全般					佐々木 (福大)	佐々木 <small>※2</small> (福大)					
	糖 尿 病	前田★	前田★	前田★	前田★ (~15:00)			前田★	前田★			
	循 環 器	吉峯有★ (非常勤)	吉峯有★ (非常勤)	中村 (副院長)	吉峯有★ (非常勤) <small>※1</small>	中村 (副院長)		中村 (副院長)		志賀★ (非常勤)	志賀★ (非常勤)	
	呼 吸 器					藤田★ (福大)						
消化器内視鏡検査	増谷★	久原★	國弘★	増谷★ 國弘★	久原★	久原★	永吉★ 増谷★			久原★	久原★	久原★ 増谷★
整形外科 リハビリテーション科	深水	坂本★	小牧	坂本★	深水	深水	新井			坂本 小牧		整形 (非常勤)

★…この時間帯は、予約制となっています。事前にお問い合わせください。予約受付時間：平日14:00~16:00

※1…火曜日午後の吉峯有香医師の診療は月曜日が休日の場合の予備日となります。 ※2…水曜日午後の佐々木医師の診療は月に1回休診になります。

※3…土曜日の外科診療は永吉医師、井上浩医師が交替わりで担当になります。 ※4…土曜日の内科診療は國弘医師が第1・2・3・5週、吉峯晃平医師が第4週の担当となります。

※個人健診は月曜日~木曜日の14時~16時までの受付となります。 ※ご不明な点等ございましたら、当院外来にお問い合わせください。

### 編集後記

最近ではむし暑くなり、昨年から体力作りで始めたウォーキングを朝の涼しい時間にしようになりました。マスクを気にしなくても運動しやすくなりましたが熱中症対策をしながら続けたいと思ひます。

(広報委員:M・J)

# 医療法人 誠心会 井上病院

TEL.(092)322-3437 〒819-1104 福岡県糸島市波多江699番地1

訪問診療、各種検診、検査(胃カメラ・大腸カメラ) 行っています。

## 訪問リハビリテーション

TEL.(092)322-3478

## ケアプランセンター

TEL.(092)322-3401

## 通所リハビリテーション いきいき

TEL.(092)321-3108

## 訪問看護ステーション

TEL.(092)322-3439

ホームページアドレス <https://www.sih.or.jp/>

診療科目 外科(消化器・乳腺・肛門)  
内科(消化器・循環器・糖尿病)  
整形外科 リハビリテーション科  
緩和ケア内科 救急科

休 診 日 土曜日午後・日曜・祝日

※休日・時間外の急患の方は事前にお電話の上お越しく下さい。

診療時間	午 前	午 後
平 日	9:00~12:00	14:00~17:30
土 曜	9:00~12:00	-

※平日午後の受付時間 16時まで(予約を除く)

※敷地内禁煙にご協力をお願いします。