

まごころ

2024
Vol.84
春号

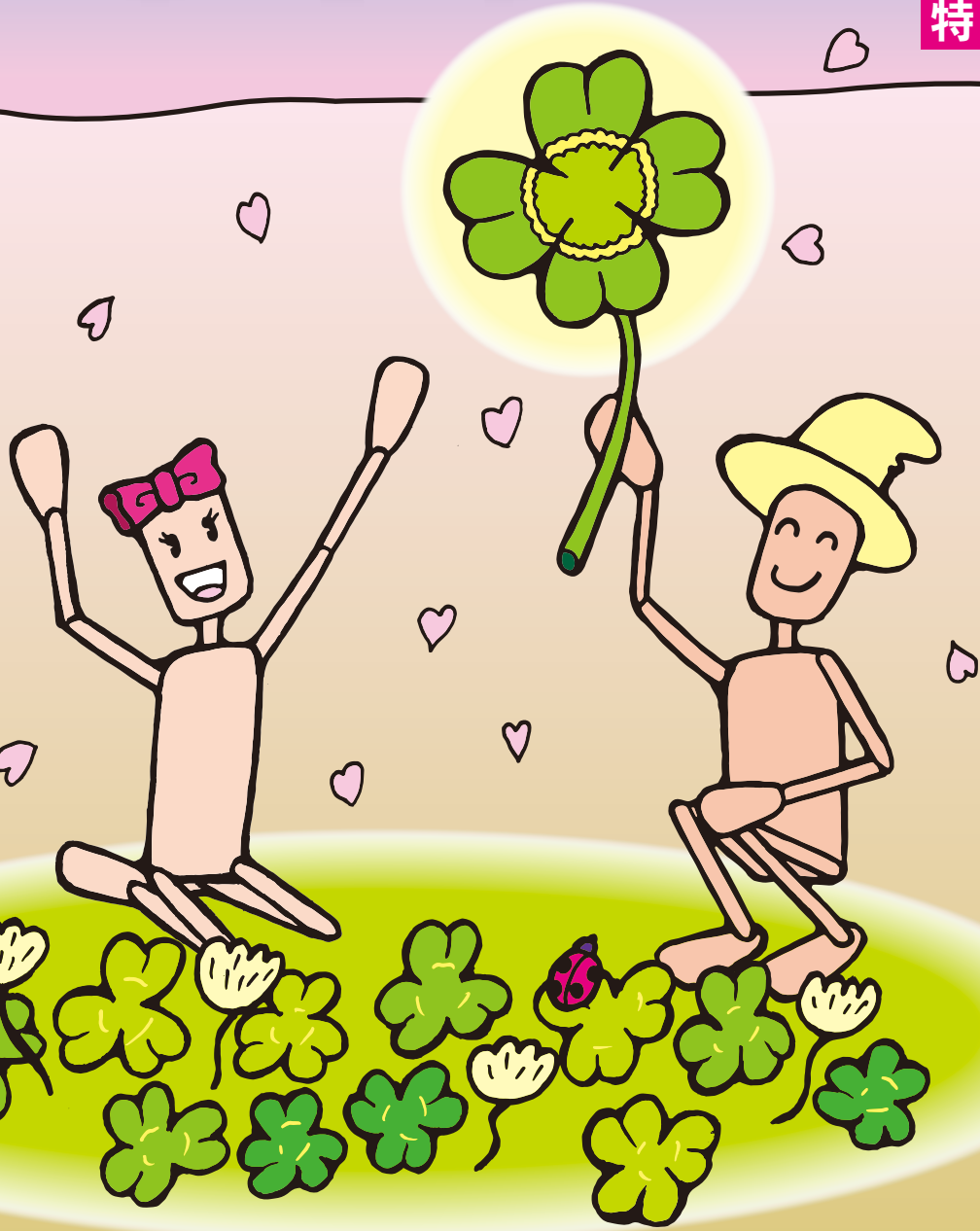
特集

訪問診療とは

まごころコラム

「もつと皆さんとふれ合いたい」

- チョイソコよかまちみらい号「井上病院入口」停留所
- 訪問リハビリテーションシリーズ①
- おすすめ料理…鯛めし



病院理念

地域のみなさまが住み慣れた地域でニーズに沿った療養を継続できるよう、安心され、信頼され、共感を得られる組織づくりを目指します。

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。



訪問診療とは



訪問診療とは自宅に定期的・計画的に訪問し、診療・治療・内服薬の処方・療養上の相談などを行います。病気や障害があっても住み慣れた家で過ごしたいという方が、**自宅にいな** **がら医療を受けられるという仕組み**です。他の在宅サービスと連携し、転倒や寝たきりの予防、肺炎や褥瘡などの予防、栄養状態などの管理

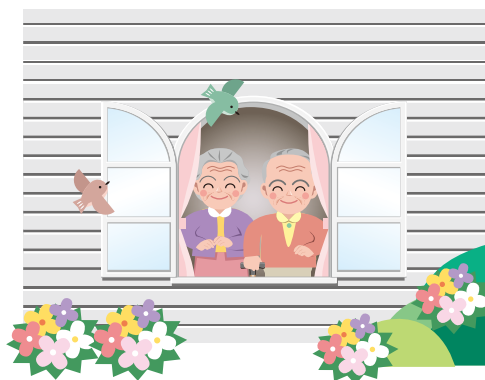
など予測できるリスクを回避し、入院となる状況を未然に防ぐことも重要な役割です。

医療も進歩し治せる病気も増えてきました。しかし、高齢化に伴う病気が治っても体力が落ち歩けなくなった、思うように食事が食べられなくなったなど、今までのように生活できなくなることも増えていきます。

貴方に合わせた選択肢

最近医療でも人生会議（ACP：アドバンスケアプラン）という概念が出ています。ACPは終末期や今後を受ける治療の内容や介護ケアの内容について自分が意思決定できるときから一緒に話し合っておくアプローチ過程です。

急変時などに延命処置をするまたはしないというだけでなく、人生をどの様にどこで過ごしたいか、死ぬまでどう生きていきたいかなど、患者本人と家族など身近な人、医療従事者が事前に話し合う取り組みのことです。



出来るだけ長く自宅で過ごしたい、最期は自宅で迎いたいなどの希望を少しでも叶えられるのが訪問診療・訪問看護・訪問リハビリなどと考えています。ご家族や周囲の人と話し合い、通院など動くのが大変になった際に少しでも長く自宅で過ごしたいと希望がありましたらまずはご相談いただければと思います。



解説：内科
増谷 勇太 医師

皆さんに役立つ情報・
お知らせを
随時掲載
します。

～もっと皆さんとふれ合いたい～

まごころコラム

チョイソコよかまちみらい号「井上病院入口」停留所



チョイソコよかまちみらい号停留所:「井上病院入口」

糸島市会員制の乗り合いバス(オンデマンドバス)「チョイソコよかまちみらい号」の停留所として、井上病院正面玄関前に「井上病院入口」を設置登録しました。

※産の宮調剤薬局前の停留所「井上病院前」とは別の停留所です。

乗り合いバスを利用するには、まず個人別に会員登録が必要になります。会員登録はインターネットより登録できます。

- チョイソコよかまちみらい号に関するお問い合わせ
チョイソコセンター TEL050-2018-2411 (平日8:30~17:00)
- インターネット会員登録・乗車申込みサイト
(<https://itoshima.aisin-choisoko.com>)

料 おすすめ 理

糸島を中心とした福岡県の
郷土料理を紹介します。

鯛めし



1人分 / 約 160g
エネルギー / 292kcal
タンパク質 / 12.4g
食塩相当量 / 1.6g

写真はイメージです

材 料 (5人分)

米	2 合	<調味料>	
鯛の切身	2 切れ	出し昆布	10cm 角
塩	3g(小さじ 1/2)	薄口醤油	36g(大さじ 2)
水	400ml(2 カップ)	酒	15g(大さじ 1)
青葱(小口切り)	少々		

作り方

- ① 米を研ぎ 30 分程浸水させてから、ざるにあげておく。
- ② 鯛をバットに並べ、裏表全体に塩を振る。10分経ったら、表面の水分をキッチンペーパーで拭き取る。
- ③ ②を魚焼きグリルに乗せ、強火で焼き色がつくまで両面を焼く。
- ④ 炊飯器に①、水、調味料を入れ、全体を混ぜ合わせたら、表面を平にする。その上に③を乗せて、炊飯モードで炊き始める。
- ⑤ 炊き上がったら、鯛と昆布を取り出す。鯛は骨と皮を外してから身をほぐす。
- ⑥ ④を炊飯器に戻し、全体を軽く混ぜ合わせる。
- ⑦ 器によそい、青葱をのせる。

♥料理のポイント

鯛めしは志摩地域の郷土料理です。糸島市は天然鯛の漁獲高日本トップクラスを誇る産地です。天然鯛は養殖鯛に比べ脂質が少なく、さっぱりとした味わいが特徴です。また、蛋白質や EPA や DHA、ビタミンやミネラルを豊富に含んでおり、栄養価の高い食品です。5月から漁が再開される為、是非天然鯛で味わってみてください。

(栄養科)

訪問リハビリテーションシリーズ ①

『フレイル』という言葉をご存じですか？

フレイルとはもともと「か弱さ」や「こわれやすさ」を意味する言葉で、『健全な状態と要介護状態(日常生活でサポートが必要な状態)の中間状態』とされています。

つまり何かのきっかけで、生活機能障害、要介護状態などに陥りやすい状態といえます。多くの方は健全な状態から、フレイルの時期を経て要介護状態に至ります。

運動や生活の習慣を見直し、早めの対策を行なうことで健康寿命を延ばすことが期待されます。

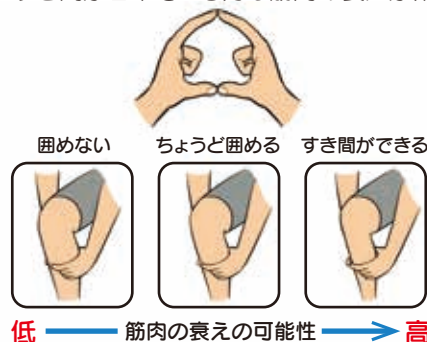


フレイルの大きな原因に「筋肉の衰え」があります。「筋肉の衰え」から動きが不安定になったり、転倒したりする恐れがあります。これらは活動範囲が狭くなり、お部屋に閉じこもりがちになるといった悪循環にもつながります。

測定機器を使わず、ご自身で筋肉量を簡易的にチェックする方法に「指輪っかテスト」があります。

《測定方法「指輪っかテスト」》

- 利き足でないふくらはぎの一番太いところを測ります
- 膝の角度は90度になるようにします。
- 親指が後ろにくるようにして、ふくらはぎに対して垂直に「指輪っか」で囲みます。
- すき間が出来ている方は筋肉の衰えが疑われます。



低 ← 筋肉の衰えの可能性 → 高

※ころばないように椅子に座って行なうなど、十分に注意してください。

※指の長さなど個人差もあるためあくまでも目安となります。ご自身の健康リスクを把握し、運動習慣を見直してみましょう。

(訪問リハビリテーション)

病院からのお知らせ

100歳お祝いの会



通所リハビリテーションいきいきでは今年1月に100歳になる利用者さまのお祝いの会を開催しました。お若い頃やいきいきでの思い出を映像で振り返り、ご本人や他の利用者さまも涙ぐまれているのが印象的でした。また、自宅で見られない表情や姿に参加していたご家族も大変喜ばれていました。

私達職員も人生の稀有な節目に立ち会うことができ嬉しく思います。これからも明るく朗らかに、いきいきの元気印のお一人として他の利用者さまを引っ張っていただきたいと思っています。

コロナ禍も過ぎ、徐々に日常に戻りつつある中賑やかなお祝いで心温まるひとときを過ごすことができました。

(通所リハビリテーションいきいき)

医師の入退職のお知らせ



【令和6年3月退職】

(外科) 永吉 洋介 医師

【令和6年4月入職】

(外科) 田中 克明 医師

(心臓血管外科)

山元 博文 医師

医師の入退職に伴い、令和6年4月からの外来診療担当が変更となります。

新任医師の入職までは代診となります。ご不明な点等ございましたら当院外来へお問い合わせください。

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	
12月	14	0	14	12月 174
1月	8	2	10	1月 165
2月	16	4	20	2月 147

外来診療担当表 (令和6年4月現在) 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	
外科	消化器 外科全般	院長	山元	院長	田中	外科 (九大)	外科 (九大)	院長	大内田 (九大)	田中	井上 浩 山元	田中 ※3 井上 浩
	乳 腺						院長★		院長★			院長★ 九大★
内科	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		國弘 ※4 吉峯晃 (第4週)
	血液腫瘍内科 内科全般					佐々木 (福大)	佐々木 ※2 (福大)					
	糖 尿 病	前田★	前田★	前田★	前田★ (~15:00)		前田★	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) ※1	山元		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★	久原★	久原★	久原★		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か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田中医師、井上浩医師が交替わりで担当となります。 ※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。 ※受付時間は平日16時まで(土曜日11:30まで)となります。 急患に関しましては、この限りではございません。

※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。 ※新任の田中医師は4月2日から、山元医師は4月15日からの勤務となります。

編集後記 暖かくなり、花粉の飛散量が今年はかなり増えてきていますね。マスクや眼鏡など自分で出来る花粉症対策をがんばって行っている今日この頃です。春は新しいことを始める季節です。この機会に乳がん検診もぜひ一度、受けてみてください。

(広報委員:Y・M)

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

休 診 日 土曜午後・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ださい。

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お願いします。