

# まごころ

2025  
Vol.90  
秋号

特集

各種予防接種のご案内

## まごころコラム

「もつと皆さんとふれ合いたい」

■ おすすめ料理…減塩味噌汁

■ 健診シリーズ③…がん検診、忘れずに受けていますか？



### 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。



医療法人 誠心会  
**井上病院**

# 特集

## 各種予防接種のご案内

当院ではインフルエンザをはじめ、各種予防接種を取り扱っています。

インフルエンザに対するワクチンは、個人差はありますが接種後約2週間ごろから効果があり、約5カ月間持続するとされています。



日本でのインフルエンザ流行は通年となりつつありますが、おおむね12月から3月が中心ですので、11月下旬までに接種することをおすすめします。

なお、新型コロナ・肺炎球菌・带状疱疹ワクチンは年齢により公費助成制度を利用できますので、詳しくは糸島市等の案内をご確認ください。予防接種には発症予防・重症化予防・流行予防等の効果があります。特に持病がある方は医師に相談のうえ、早めに接種しましょう。

### インフルエンザワクチン・新型コロナワクチン (同時接種も可能です)

**接種開始日** 10月上旬から随時開始予定

**当院対象年齢** 高校生以上 (未成年者は保護者同伴)

**期間** 接種開始月～3月末

※公費助成対象期間は各市町村により異なります。

**予約** 要予約 (電話でOK)

予約はワクチン入荷後より受付いたします。  
(日にち指定での予約をお願いします)

**費用** ワクチンにより異なりますのでお問い合わせください。

※65歳以上で市民税非課税世帯の方・生活保護世帯の方は事前に申請書を役場で交付を受けるか、糸島市民であれば限度額認定証や医療券等により接種費用が無料になります。  
詳しくは糸島市役所・西区役所等へお問い合わせください。



### 肺炎球菌ワクチン・带状疱疹ワクチン

**当院対象年齢** 高校生以上 (未成年者は保護者同伴)

**期間** 通年

**予約** 要予約 (電話でOK) (※日にち指定での予約をお願いします。)

**費用** ワクチンにより異なりますのでお問い合わせください。

公費助成対象者は既定の金額

※令和7年度の対象生年月日は、おおむね65歳以上の5歳刻みですが、詳しくは役場ご案内をご確認ください。  
また、インフルエンザワクチン・新型コロナワクチン同様の対象者は無料の制度もあります。

**※肺炎ワクチン・带状疱疹ワクチン公費助成を受けられるのは過去に接種を受けた事が無い方で、生涯に1度のみです。**



接種のご予約は 井上病院 医事課 TEL092-322-3437 (平日・土曜日 8:30~17:00)

**料理**  
おすすめ

今回は普通の料理の減塩調理法を紹介します。

**減塩味噌汁**

エネルギー /77kcal  
タンパク質 /6.5g  
食塩相当量 /1.3g  
写真はイメージです



材 料 (2人分)

かつおだし	300ml
木綿豆腐	100g (1/4丁)
なめこ	100g (1パック)
白ねぎ	40g (1/3本)
A 味噌	大さじ1 (18g)
牛乳	大さじ1 (15g)

作り方

- ① Aの味噌と牛乳をなじませておく。
- ② 豆腐は1.5cm角、白ねぎは小口切りにする。なめこはさっと水洗いし、ザルにあげておく。
- ③ 鍋にかつおだしを入れ煮立てなめこを加え、再び煮立ったら豆腐と白ねぎを加える。
- ④ 豆腐に火が通ったら火を止め、①を溶き入れ、器に盛る。

料理のポイント

味噌汁は食卓に欠かせない料理の一つですが、塩分量が多く、美味しさと塩分量のさじ加減が難しい料理の一つです。乳和食\*という調理法を用いることで、見た目も然ることながら、本来のおいしさを損なわずに食べることができます。味噌汁の具材は今回示したもののだけでなく、日頃使い慣れたもので構いません。

\*乳和食とは…味噌や醤油等の伝統的調味料に、「コク味」や「旨味」を持つ牛乳（成分無調整牛乳）を組み合わせることで、使用する食材本来の風味や特徴を損なわずに減塩することができ、美味しい和食を食べてもらえる調理法  
(栄養科)

健康診断シリーズ ③



がん検診、忘れずに受けていますか？

国民の2人に1人ががんになり、4人に1人が「がん」で亡くなっています。

生活習慣（食事・運動・睡眠など）に気を付けて生活することで、がんのリスクを減らすことはできますが、すべてのがんを防ぎきることはできません。そのため、自覚症状がなくても適切な受診間隔で検診を受けて、がんを早期に発見し、適切な治療を早期に始めることが重要です。また、一度がん検診で異常なしと判断されても、数年後にはがんが発生する可能性があるため定期的に受ける事が大事です。

がん検診はどこで受けられるの？

- ① 住民検診…お住いの市町村が実施。補助対象年齢は、各市区町村へご確認ください。井上病院でも乳がん無料クーポン(41歳)、糸島市乳がん個別検診(40歳以上)、糸島市胃がん(胃カメラ)個別検診(50歳以上)は、糸島市の補助を受けて行うことができます。
- ② 職域検診…お勤めの職場で年に一度実施。健診の案内が届いたら以下の検査が含まれているか確認しましょう。肺がん(胸部レントゲン)、胃がん(胃透視(バリウム)・胃カメラ)、大腸がん(便潜血検査) 乳がん(マンモグラフィ)、子宮頸がん(細胞診検査)など
- ③ その他のがん検診(人間ドックなど)…健診を行っている医療機関へご相談ください。



精密検査が必要と判断されてもすべてが「がん」と診断されるわけではありませんが、自覚症状がないなどの理由で精密検査を控えると、がんが潜っていた場合に診断が遅れ進行してしまう恐れがあります。

精密検査が必要であると通知された場合は、医療機関でより詳しい検査を受けましょう。また、異常なしの場合やがん治療が終了した場合も定期的ながん検診を受けましょう。

お問い合わせ先 TEL 092-322-3472  
(健康推進室)

がん検診の流れ



# 病院からのお知らせ

## いきいき敬老会

### 9月15日 敬老会開催しました

通所リハビリテーションいきいきでは9月15日に敬老会を行いました。今年も職員の出し物を披露させていただきました。ピアノ・リコーダーの演奏では、ミカンの花やふるさとなどの童謡を演奏し、懐かしいと喜ばれ、中には演奏にあわせて歌われている方もいました。また、男性職員の出し物として、押し相撲大会を行いました。



た。そして、最後には恒例のマツケンサンバで利用者さまの健康と長寿を祝って職員全員で踊りを披露し、利用者さまと共に職員も楽しい時間を過ごさせていただきました。今後も感染症対策を考慮しながらの運営になりますが、利用者さまの笑顔や活気を提供できるように職員一同これからもがんばってまいります。(通所リハビリテーションいきいき)



	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	6月	7月	6月	7月
6月	16	6	22	162	162	68	68
7月	12	7	19	162	162	72	72
8月	12	5	17	165	165	70	70

## 外来診療担当表 (令和7年10月現在)

手術・学会出張等でご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	消化器門 肛門全般	院長		院長	田中	外科(九大)	外科(九大)	院長	大内田(九大)	田中	安部	田中※2 院長
	血管		山元								山元	
	乳腺						安部★		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※3 吉峯晃 (第4週)
	血液腫瘍内科 内科全般					佐々木 (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)	吉峯有★ (非常勤)※1	山元		中村 (副院長)		志賀★ (非常勤)	志賀★ (非常勤)	志賀★※4 (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★	久原★ 増谷★	
整形外科 リハビリテーション科	深水	坂本★		坂本★	深水	深水	新井		坂本		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…土曜日の外科診療は田中医師、院長が交替わりで担当になります。

※3…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。 ※4…土曜日の循環器診療は第1・2・4週の診療となります。

※個人健診は月曜日・火曜日・木曜日・金曜日の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。

### 編集後記

暦の上では秋ですが、まだまだ暑い日が続いており、日本の四季をあまり感じなくなりました昨今です。2025年も後3ヶ月。これから年末に向けて何かと忙しくなるかと思っておりますので運動を取り入れたり予防接種などで感染対策を取りつつ健やかに過ごせるよう体づくりしていきましょう。  
(広報委員:K・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・血管)  
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。