

ご自由にお持ち帰り下さい。



審査区分:療養病院 ver5.0



医療法人社団正信会理念

- ◆ 一人ひとりの人権を尊重し、知識・技術の向上をめざして研鑽致します。
- ◆ 優れた医療と豊かな福祉社会の実現に努めます。
- ◆ 地域の人々に信頼され、開かれた施設づくりに励みます。



水戸病院だより



謹賀新年

本年もどうぞよろしく
お願い申し上げます



Mito hospital contents

第42号



2009年1月(新春号)

- 新春挨拶2
- インフルエンザ情報.....3
- 健康診査の紹介.....4
- 花粉症の豆知識.....5
- 須恵町特定高齢者介護教室「お元気クラブ」.....6~7
- 医食同源 ~ 動脈硬化を心配される人へ~8
- 子どもの病気と予防 「冬の病気」9
- メタボ解消に向けて (運動編)10
- 地域連携の食育を目指して.....11
- バトンタッチ放談
- 外来診療担当案内/施設案内/編集後記.....12



「新春を迎えて」

正信会水戸病院 副院長
介護老人保健施設ニューライフ須恵 施設長
ますだ すみひろ
増田 住博

明けましておめでとうございます。

アメリカに端を発した世界的規模の金融危機のため、明るい年明けとはならず不安の中で新年を迎えました。

選挙の顔として自民党に期待されて登場した麻生総理も、スピードをモットーに“政局より政策を”といいながら、迷走を繰り返し、法案を先送りしているのが現状です。景気対策として2兆円の定額給付を年内に実施する予定でしたが、第2次補正予算案の国会提出を見送りました。この定額給付そのものが問題となり、地方自治体からも反対されています。何よりも早く衆議院を解散して国民の信任を得れば強力なリーダーシップを発揮することが出来たのですが、自分の都合しか考えていないようです。KY首相といわれても仕方ありません。

組織的な関与が決定的になった年金改ざん問題、食の安全より早期売却を優先するあまり、国民の健康を損なってしまった汚染米問題、そして後期高齢者医療制度にしても、最も本質的な部分は医療費抑制策であるということです。今後、高齢者の医療費は数の増加だけでなく、高齢者1人当たりの医療・介護費の著しい増加が予想されます。医学の進歩、環境の整備、健康に対する意識の高まり等により、日本の高齢化率も22.1%、100歳以上の高齢者も3万人を突破しました。

メタボリックシンドロームという医療用語も、日常生活の中で自然に出てくるようになりました。生活習慣を見直すきっかけになれば自分の健康保持につながるものと思います。

昨年11月に発生したインド同時テロは、ブッシュ米政権下で進められてきたテロとの戦いが、オバマ次期政権でも引き続き最重要懸案となる現実を見せつけました。犯行がイスラムの過激派によるものとするれば、オバマ次期大統領に早くも挑戦状を突きつけられた格好となります。

昨年9月、オーロラを觀賞するためアラスカに旅しました。そして驚いたのは氷河が後退してその厚さが薄くなり、場所によっては既に消滅しているところもありました。昨年末には温暖化による被害として、イタリア北部ベネチアが高潮に襲われて、旧市街全域が冠水し、都市機能が麻痺したとの報道を目にしました。近年、世界各地で暴風雨や干ばつなどの災害や生態系の破壊が頻発しています。地球温暖化を防ぐ為の国際会議で、先進国と新興国・発展途上国との間でのかけ引きで論じられる問題ではないと思います。これこそ地球規模で討議して欲しいと思います。

少子高齢化が進むなか、医療福祉の現場でも変革が求められています。施設から在宅へ、そして個人の尊厳を尊重した終末期の医療・介護のあり方が見直されています。私達、正信会グループも老後が安心して生活できる施設作りに取り組んでいます。今年もよろしく願います。



MEDICARE

インフルエンザ情報



冬の乾燥した時期(12月~1月)にかけて流行するインフルエンザ。例年に比べて、昨年11月下旬よりインフルエンザの患者数が多くなり、全国各地でインフルエンザによる学校閉鎖などがありました。

厚生労働省は、全国的な流行の目安とされる「1施設当たり患者1人」とされており、昨年11月下旬時点は0.56人だったのが、12月初旬には1.62人となり、流行が全国で始まったと速報を発表がありました。

インフルエンザと風邪(感冒)とは、原因となるウイルスの種類が異なり、通常風邪はのどや鼻に症状が現れるのに対し、インフルエンザは急に38~40度の高熱が出るのが特徴です。さらに倦怠感、筋肉痛、関節痛などの全身症状も強く、通常5日間ほど続きます。また、肺炎や気管支炎を併発しやすく、重症化すると脳炎や心不全を起こすこともあり、体力のない高齢者や乳幼児などは命にかかわる事もあります。



インフルエンザの疑問

Q インフルエンザの感染ルート

A 感染原因の大部分が、感染者からの咳やくしゃみをした際に含まれるウイルスが空気中に飛散して感染してしまいます。ウイルスは気管支粘膜で増殖し、感染2日後にはウイルス増殖はピークを達します。

Q インフルエンザウイルスの“型”には、どんな種類があるの

A 現在、A型~C型があります。毎年流行するソ連型、香港型などのインフルエンザウイルスは、そのほとんどがA型に分類されます。

【A型】

典型的な症状は気管支炎。潜伏期間は短いものでは24時間。長いものは4~5日ほどで、頭痛や悪寒、咳などに伴って、高熱、筋肉痛、食欲不振などが起こります。主に呼吸器系の症状で、解熱後数日で回復してきます。

小児の場合は小児特有の症状があり、大人より体温が上昇し、しばしば熱性痙攣を起こすこともあります。その他に嘔吐や腹痛などの消化器症状の頻度も高いです。

【B型・C型】

B型はA型とほぼ同様の症状ですが、筋炎や消化器症状を起こします。C型は上気道感染症を起こします。他覚症状は乏しく、目が充血したり咽頭発赤を認める程度です。

Q インフルエンザに対する予防策は?

- A**
- ①栄養と休養を十分に取ること。(体力をつけ、抵抗力を高めて感染しにくくなります)
 - ②人混みを避ける。(病原体であるウイルスを寄せ付けない)
 - ③適度な温度、湿度を保つ。
 - ④外出後の手洗いと、うがいを励行。
 - ⑤マスクを着用。



健康診査の紹介



“健康診断”はなぜ必要なのでしょう？

初期に自覚症状が現れにくい生活習慣病の予防には、健康診断が有効です。生活習慣病やガンなどは、初期に自覚症状がほとんど現れません。

自分の健康状態を普段から把握して病気を早期発見し、早期に治療することは重い病気を予防することにもつながります。そのためには、定期的な健康診断は欠かせません。当院で実施しております健康診査をご紹介します。

企業健診

労働安全衛生規則に準じて実施する、企業向けの定期健康診断です。

Cコース	身長・体重・BMI、視力、聴力、血圧、検尿、胸部レントゲン、問診
Bコース	身長・体重・BMI、視力、聴力、血圧、検尿、胸部レントゲン、採血(脂質・肝機能・血糖・血液一般)、心電図、問診 ※企業により、その他必要な項目があれば実施します。
じん肺健診	じん肺法施行規則に定められた粉じん作業を、およそ週1回以上行っている、または過去に行った方が対象です。
アスベスト健診	アスベストは発がん性、呼吸器毒性があり、多くの健康被害を起こすと知られています。潜伏期間が長く、2030年に中皮腫による死亡のピークが来ると云われています。健診・精密検査の実施を行っております。

政管健保

中高年齢の被保険者と被扶養者である配偶者(被扶養配偶者)を対象として、健康の保持増進および健康管理意識の高揚を図ることを目的として、生活習慣病予防健診を実施しています。

一般健診	身長・体重・BMI、視力、聴力、血圧、検尿、胸部レントゲン、問診、採血(脂質・肝機能・血糖・尿酸・血液一般)、胃部レントゲンまたは胃カメラ、便潜血反応検査、心電図
付加健診	一般健診(上記)のプラスアルファ 尿沈渣顕微鏡検査、末梢血液像、生化学(総蛋白、アルブミン、総ビリルビン、アミラーゼ、LDH)、眼底検査、肺機能検査、腹部超音波検査
肝炎ウイルス検査	HCV抗体・HBs抗原検査
乳がん検診	問診、触診、乳房X線(マンモグラフィ) ※仲原病院に行ってください。
子宮がん検診	子宮頸部細胞診

個人健診

会社への入職時に提出するもの、または受験に必要な健康診断です。必要な項目に応じて健診を実施いたします。一般的な健診は、当日用紙をさし上げることが出来ます。

特定健診

40歳以上74歳以下の方を対象とした健康診査です。

特定健診受診表を保険者に申請して、健康保険証とともに持参して下さい。

健診の結果後により、『特定保健指導』が必要になる場合もあります。生活習慣の改善の指導の必要がある方は、医師・保健師・管理栄養士などの指導を受けて下さい。

健康診断では、自分の身体の状態が検査や画像によって詳しく分かります。その結果から自分の健康状態を客観的に把握することが出来ます。それが生活習慣病を見直すことにもつながっていきます。

最近では、ガンや生活習慣病のほとんどが早期発見・早期治療によって進行を抑えたり、治癒したりすることが可能になりました。進行してからでは、元の健康体に戻すことは難しくなります。特に、血圧・血糖・コレステロールなどの検査値は高いまま長期放置しておくと、脳血管疾患などの重い病気を招く危険性があります。

少なくとも、一年に一度は健康診断を受けてそれを毎年継続しましょう。

相談してね



花粉症の豆知識



春になると、スギ花粉飛散情報が入り、毎日の花粉量を報道していますが、実は花粉はさまざまな植物から年中舞っているものです。日本の花粉症はスギ花粉がダントツですが、その地域特有の花粉症も存在します。

身近な花粉症持ちの人を見ていると、鼻を真っ赤にし、目を充血させて、とても辛そうに見えます。

花粉症は、体内の機能が花粉に対して過敏に働くことによって引き起こされる症状です。

つまり、体内の働きを正常に戻せば、花粉症の症状を改善することが出来るのです。

花粉が人体に及ぼす影響

花粉症を引き起こす花粉自体に、なんの毒もありません。

しかし、ある時急に人体が『花粉は人体に悪い影響を与える』という指示を下し、花粉に対して過敏な状態を引き起こします。その結果、粘膜は炎症を起こし、花粉がまた接近するたびに攻撃を開始するため、花粉症へと発展するのです。

では、花粉症にかかりやすい人とはどのような人なのでしょう？

別のアレルギーを持っている

既に別のアレルギーを持っている人は、さらに別のアレルギーにも罹りやすくなっています。

例えば、布団やじゅうたんに棲むダニやホコリなどに過敏反応し、くしゃみや鼻水が止まらないといった症状を持つ人は、ほとんどの人が花粉症も併発しているといわれています。

スギ花粉による花粉症が多い訳

ほとんどの花粉症患者がスギ花粉による花粉症なのは何故なのでしょう？

実は昭和中期に大規模に行なわれたスギの植林が原因だったのです。スギの木は大変成長が早いので、建築用として多く利用されてきましたが、結果的にこのような花粉症を引き起こす原因となってしまったのです。

スギは天候と日照時間・気温などがうまく合わさると、花粉を飛ばす量が爆発的に増加します。ですから花粉症患者にとっては、テレビ番組の合間に放送される花粉飛散情報から目が離せないところでもあります。

不規則な生活を続けている人

現代はインスタント食品の売られていない所はないといえるほど、手軽に調理できる食べ物が広まりました。忙しい時には出来合いの料理で食事を済ませてしまったり、味の濃いお菓子ばかりを食べて1日3回の食事がおろそかになってしまったりという方は少なくありません。

味をよくし、見栄えをよくするための添加物が使われています。たった一度だけでは人体に影響はないとはいえ、日常的に摂取しては後で何らかの影響が出ることは明確ですから、まずは生活改善から始めてみましょう。

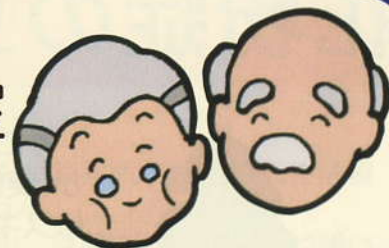


花粉は年中を通して飛散しています。もっとも勘違いされやすいのは、季節の変わり目から風邪を引いていたと思っていたら、実は花粉症だったということもあります。

花粉症は風邪に似たような症状なので、判断が難しいですが、病院に受診される場合は、耳鼻科を受診してみましょう。

こんなことやってます!

須恵町特定高齢者介護予防教室 『お元気クラブ』



皆さんは『介護予防』という言葉をご存知ですか？
介護予防というのは寝たきりや、介護が必要な状態にならないように心身の衰えを予防・回復をしようという取り組みのことです。
当院では須恵町役場と協力して平成18年から介護予防教室『お元気クラブ』を開催しています。

対象者は須恵町に在住の方で、介護認定は受けていないが現状の生活の中で転倒や、誤嚥の危険性のある方、また今後要介護状態になる恐れのある方などです。

要介護状態の危険性がある方とは言っても実際にクラブに参加されている方はまだまだ元気な方が多く、皆さん楽しく参加されています。

昨年までに計5回の教室を開いており、参加者は90名を超えました。

教室の期間は約3ヶ月間で週に1回開催されます。



参加しているスタッフは内科医、歯科医、看護師、保健師、理学療法士、作業療法士、言語聴覚士、栄養士などです。多種多様な職種が協力しているような角度からサポートできるような体制をとっています。

内容は運動器・口腔機能・栄養指導の3項目に分かれており、参加者は必要な項目をそれぞれ受講するようになっています。

運動器は体力・筋力の向上を目標に理学療法士、作業療法士が毎回筋力トレーニング、バランス訓練、レクリエーションなどの指導を行います。



口腔機能は歯をきれいに長持ちするための歯磨きや、飲み込みの訓練・指導などを歯科医、言語聴覚士が行います。



栄養指導は栄養士の指導のもと、体に必要な栄養の取り方やバランスのよい食事を学んだり、実際に調理実習を行って自分達でおかずや、お菓子を作ったりします。



教室に参加された後はご自宅でもトレーニングが出来るように自主訓練の指導を行ったり、町が主催する健康教室などへの参加を勧めています。

毎回参加される方々が少しでも楽しく過ごしていただき、元気になってもらえるように、我々スタッフも明るく、楽しく、元気に利用者の方々に接していこうと心掛けています。

詳しくは須恵町役場（福祉課）までお問い合わせ下さい。

血液の通り道を健康に



私たちの身体の臓器や組織に、酸素や栄養素を供給する血液が流れている動脈。この動脈が何らかの原因で脆くなったり、内腔が狭くなったり、詰まったりする病変が『動脈硬化症』といわれるものです。

この動脈硬化の進行は、非常にゆっくりとしたもので、これにいろいろな因子が加わると進行が早まり、脳梗塞・狭心症・心筋梗塞等に合併症が起きる危険も高まります。生命の前提である血液の通り道は、いつまでも健康に保ちたいものです。

日本人の死因の第1位はガンですが、第2位の心疾患、第3位の脳血管疾患は、ともに動脈硬化を基盤とした循環器系の病気です。

循環器系の疾患に対する治療は大きく進歩していますが、いろいろな病気を誘発する動脈硬化が、いかに恐ろしい病気であるかが解っていただけたらと思います。

動脈硬化といっても、①動脈内壁にお粥のような固まりができる粥状動脈硬化(アテローム性)、②細い動脈に壊死や動脈瘤が発生する細小動脈硬化、③動脈の中膜にカルシウムが沈着して石灰化を起こす中膜硬化の3種類があります。なかでも①は、重大な病気と一番関係が深く、単に動脈硬化という場合は「アテローム性粥状動脈硬化」のことを指します。



問 動脈硬化はどうすれば予防できますか。

答 動脈硬化の危険因子をできるだけ排除することがポイントです。動脈硬化を放置しておく、加齢とともに進行してしまいます。この進行を止めることが予防につながります。危険因子は生活習慣の中に多く存在しており、①食生活を見直して、肥満や高血圧、糖尿病等に対応する、②適度な運動、③アルコールは適量、④喫煙者は禁煙する、などが基本です。

動脈硬化が心配される人の献立例

● 50歳代男性 2000kcal

ミルクポテトサラダ



● 作り方(1人前) ※材料は左表

- ①じゃがいも、人参は1cm角に切って、1カップの水で溶いたスキムミルクで軟らかく煮含める。
- ②玉ねぎは千切りにして水にサッとのおし水をきる。
- ③グリーンピースは熱湯で茹でる。
- ④①②③をマヨネーズであえ、こしょうを加えて味をととのえて、サラダ菜を敷いて器に盛り付ける。

朝食		昼食		夕食	
ごはん(180g)		ごはん(220g)		ごはん(220g)	
蒸し鶏のごまあえ		鯖のムニエル		おでん	
鶏むね肉(皮なし)50g/ 砂糖2g/しょうゆ3g/ すりごま5g		鯖70g/白ワイン3g/ マーガリン4g/塩1g/ 片栗粉7g/サラダ油3g/ レモン汁20g/ かいわれ大根10g/トマト30g		つみれ20g/竹輪麩35g/ 大根60g/生揚げ50g/ しらたき40g/結び昆布5g/ 薄口しょう油8g/だし汁適量	
茄子の酢の物		ミルクポテトサラダ		にらとえのきだけのおひたし	
茄子70g/砂糖3g/塩0.7g/ お酢6g		ジャガイモ100g/人参10g/ スキムミルク10g/玉ねぎ10g/ グリーンピース10g/マヨネーズ20g こしょう少々/サラダ菜15g		にら50g/えのきだけ50g/ しょう油5g	
ぬか漬け		フルーツ(柿100g)		フルーツ	
かぶのぬか漬け20g		ヨーグルト(100g)		グレープフルーツ100g)	
みそ汁					
味噌12g/麩1g/ みつば10g/だし汁適量					
エネルギー 457kcal		エネルギー 933kcal		エネルギー 539kcal	
タンパク質 18.9g		タンパク質 30.7g		タンパク質 20.7g	
脂質 9.5g		脂質 34.9g		脂質 8.5g	
糖質 69.7g		糖質 134.2g		糖質 101.3g	
塩分 3.4g		塩分 1.9g		塩分 3.0g	
カルシウム 125mg		カルシウム 288mg		カルシウム 261mg	

子どもの病気と予防



冬の病気

空気が乾燥する冬は、鼻やノドの粘膜の働きが弱くなり、ウイルスが侵入しやすい季節です。鼻水が出ている時は、子どもの体内でウイルスと戦いが始まっている証拠。そんな時は症状の軽いうちから体を休ませてあげましょう。

インフルエンザ

冬の風邪の代表です。1月～3月にかけて流行するもので、典型的な症状は39℃～40℃の急な発熱や頭痛、関節痛、筋肉痛などを訴え、その後に鼻水や咳などがひどくなってきます。発熱は2日～5日くらい続くことが多いです。

乳幼児の場合、インフルエンザはこじらせると気管支炎や肺炎、中耳炎、さらに脳炎などの合併症を起こす可能性もあります。特に免疫が低い生後6ヶ月以上の赤ちゃんは、予め予防接種を受けておきましょう。



風邪は予防が一番



乳幼児や子どもは、風邪をひくことで免疫力をつけていきます。とはいえ、風邪のウイルスを寄付けないために予防が一番です。外出後は手洗いなどの一般的なものはもちろん、室内の乾燥を気をつけて、湿度を50%～60%くらいを維持するようにしましょう。水分補給も忘れずに。風邪の予防は日頃からの健康管理が大切です。



特に乳幼児を中心として流行する吐き下しの風邪です。ロタウイルスなどが原因。発熱、嘔吐下痢のため強い脱水症状を起こします。脱水の予防・治療のため、温めのお茶などをほんの少しずつ、こまめに与えることが大切です。幼児は早めに受診しましょう。

嘔吐下痢症 (白色便性下痢症)



乾燥肌

秋冬になると空気の乾燥に伴って、子どもの肌もカサカサしがちになります。普段のスキンケアが大切です。汚れをよく落とし、保湿のためにワセリンやクリームを適宜使用しましょう。特に肌の敏感な子どもには香料などが入っていないモノを選びましょう。痛みが強かったり、なかなか良くならない場合は受診しましょう。

中耳炎

特に冬に多いというわけではありませんが、インフルエンザの余病として起こったりします。耳痛を訴える場合は耳鼻咽喉科を受診しましょう。

夜間などで受診が不可能な場合は鎮痛解熱剤(いわゆる熱冷まし)で痛みを抑えるのもよいでしょう。

耳垂れが出ると痛みは落ち着きますが、鼓膜が破れていますので早めに受診しましょう。





メタボ解消に向けて



新しい年が明けて、お正月にお餅や美味しいものをたくさん食べたと思います。

前回での紹介（食欲の秋、摂取と解消編）では、ちょうど学校や職場では健康診断の時期でもあったため、体重計に乗るのをためらっていた方もいたのではないのでしょうか。

昨年春より特定健診や保健指導が始まり、健康やメタボリックシンドローム（以下、「メタボ」）といったように健康志向が強かったように感じました。

今回は運動編として、メタボ解消に向けて考えてみましょう。

メタボ増加の一因として、日本人の歩数減少が考えられています。平成16年頃の日本人の1日当たりの歩数は8,500歩だったが、わずか数年で1,000歩も減少。現在では7,500歩にまで落ち込んでしまっているそうです。

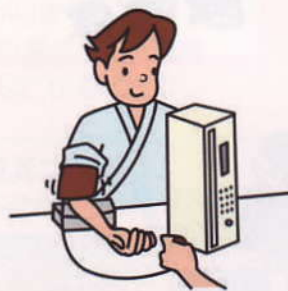
歩数減少の原因は、車社会が進み便利になったことで、日本人は歩かなくなってきたとされています。実際に自家用車の保有台数が多い福島県や群馬県等は、他県と比べて歩数が少ないという結果も出ているそうです。

昨年はガソリン高騰を受けて、各家庭等では車には、できる限り乗らないように気にしていた時期でしたが、電車やバスなどの交通機関を利用することによって、お財布には負担をかけなかったですが…。

しかし、現代社会に警鐘を鳴らす要因でもあります。

特定健診・保健指導とは？

平成20年4月よりメタボリックシンドロームの早期発見を目的とした健康診査を行い、健康診査でメタボ、あるいはその予備軍とされた人に対して、保健指導の実施が医療保険者（区市町村国保、健保組合等）義務付けられました。



では、ウォーキング（＝有酸素運動）はメタボ対策としてどれほどの効果があるのでしょうか。医学的にウエストを1cm縮めるには、1kgの脂肪を減らせば良いとされています。脂肪は1gで7kcal。つまりウエストを1cm減らすには、7,000kcalの消費が必要。毎日30分のウォーキングを60日間続けた場合、消費されるカロリーは約7,000kcal。つまりウエストは1cm縮まります。わずかな数字ですが、これを1年続けるとウエストは約6cmも縮まる計算になります。

ただし普段運動をしていない人が、いきなり30分間のウォーキングするのは難しいはず。有酸素運動だけをすれば良いと思われがちですが、筋力トレーニング（＝無酸素運動）も同時に行うのがベスト。筋トレは筋肉を維持・増加させて代謝を高めるので、同じ時間ウォーキングしてもカロリー消費量は増えることになります。

大切なのはウォーキングや筋トレを「続けること」。途中で投げ出してしまっただけでは意味がありません。無理のない運動を習慣化すること、そしてバランスの良い食事を心がけることがメタボ解消の近道なのです。



地域連携の食育をめざして

東月隈校区老人会々長 松永 大和

平成20年10月22日(水)、博多区東月隈校区社会福祉協議会(会長:松崎善彦)主催の「高齢者食事会」が、下月隈団地集会所で行われ、正信会水戸病院管理栄養士・高橋さんによる御指導で、「高齢者食」が見事に出来上がり、試食いたしました。

高齢者の方々より「高齢者食」を味わいながら、食を通じて健康管理の大切さを学び、大変有意義でしたと感謝され喜ばれました。



高齢者食事会の様子

これからの医療は病気の早期発見・早期治療に加えて、病気の予防に国民全体で取り組む時代になり、医療は地域住民の健康管理を指導し、毎日の食生活まで指導される大きな使命を担われるようになりました。

また、「高齢者食事会」を通じて、食育基本法の重要性を痛感いたしました。

大変お忙しい中、水戸病院様のご協力とご理解によりまして「高齢者食」を通し、健康管理の重要性を学ばせて頂き、誠に有り難うございました。

「いっちょ、やっちゃりまっしょ」



正信会水戸病院(4病棟)
安武 善徳



世論を象徴する昨年の感じは「変」でしたね。激変した経済。大変になった生活。豹変した男が起こした大事件等など、去年は変なことが多かった。この暗いムードは、さらにマスコミが連日喧伝することで、より一層、マイナスのマインドを増幅させてしまいました。この冬のボーナス、私でさえも農協の貯金王に預けてしまったほどです。不安で…。

そんな中、1冊の本を思い出しました。題名も著者名も忘れてしまったのですが、その中で『人間の世の中は、どんな不幸な事があっても大きな流れの中で少しずつ一歩一歩良い方向に、幸せ方向に向かっていくものだ』と書いてありました。今年も少しずつですが良い方向に向かっていく!!トヨタも日産もソニーも、そして私や皆さんも、きっと元気が出る良い年になる!そう信じて頑張りましょう。

今、水戸病院の介護病棟で療養されているNさ

ん(♀)。私が在宅介護支援センターに勤務していた頃に関わっていた方ですが、元気な頃の彼女は口癖で「いっちょ、やっちゃりまっしょ!!」でした。何事にも積極的に取り組んできたNさん。

今、ベッドの中で、じっとしておられますが、心の中では、そう念じておられるかも?

松下幸之助氏はその著書の中で語っています。「順境よし、逆境さらによし」。順調に物事が進むのは無論良い。しかし逆境は飛躍発展のための試練だと考えると、さらに良しと。そうです。ピンチはチャンスなり!

この新春号より、以前好評を博した職員によるパトタッチ放談を元気いっぱい再開することとなりました。その第1回目です。

朝の来ない夜は無い。世界は日の出を待っている。今年もいろんな事があるでしょうが、「いっちょやちりまっしょ」精神で乗り切りたい、そんな心境です。



外来診療担当

平成20年11月1日現在

		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前 9:00 ～ 12:00	内科①	吉松 秀則	富安 幸博	増田 住博	吉松 秀則	川崎 逸朗	吉松 卓也
	内科②	川崎 逸朗	磯部 紀子	吉松 卓也	富安 幸博	原 泰寛	
	専門外来				[整形外科] 高岡 徳彦		[消化器内科] 白橋 斉
	小児科	藤原 崇	藤原 崇	藤原 崇	藤原 崇	藤原 崇	藤原 崇
午後 13:30 ～ 17:00	内科①	増田 住博	川崎 逸朗	坂本 竜一	白橋 斉	吉松 卓也	内科医師
	内科②	富安 幸博		白橋 斉	松岡 健		
	専門外来				[整形外科] 高岡 徳彦		
	小児科	藤原 崇	藤原 崇	休診(内科医師)	藤原 崇	藤原 崇	休診(内科医師)
17:00以降		当院医師または大学医師による交替制 (外来診療は平日19:00迄、土曜日は17:00迄。但し急患はこの限りではありません。)					

施設のご案内

■ 正信会水戸病院 TEL(092)935-3755 / FAX(092)935-6626

〒811-2298 福岡県粕屋郡須恵町大字旅石115-483 (須恵高校前・新生バス停前)

URL <http://www.s-mito.org> E-mail info@s-mito.org

- 診療科目** 内科、小児科、消化器科、循環器科、呼吸器科、リハビリテーション科、神経内科、アレルギー科、放射線科
ベッド数 163床 (一般病棟64床、療養病棟44床、介護保険病棟55床)
診療時間 月～金 9:00～19:00 / 土 9:00～17:00
 日曜・祝祭日 休診 (急患の方はこの限りではありません)
指定施設 病院機能評価認定病院(療養病院ver5.0)、NST稼働施設
 政府管掌健康保険生活習慣病予防健診実施医療機関、臨床研修医協力施設
 各種検診精密検査実施医療機関〔大腸がん、肺がん、肝臓がん、骨粗鬆症、乳がん(視触診のみ)〕



介護老人保健施設

■ ニューライフ須恵

TEL(092)937-1055

FAX(092)931-8695

訪問看護・介護事業所

■ あすなろ訪問看護ステーション

■ あすなろヘルパーステーション

粕屋郡須恵町大字旅石86-320

TEL(092)936-9653

FAX(092)936-9655

居宅介護支援事業所

■ ケアワイド21

粕屋郡須恵町大字旅石92-70

TEL(092)957-3321

FAX(092)957-3322

在宅介護支援事業所

■ 須恵町在宅介護支援センター

TEL(092)937-0255

編集後記



明けましておめでとうございます。

今年の干支は“丑(うし)”です。干支には色々な縁起話や特徴があり、今年は肉は食料に、力は労働にと社会に密接に関わる年だそうです。また特徴としては粘り強さや誠実という由来があるそうです。

この1年間「水戸病院だより」をよろしくお願い致します。

広報企画委員 (伊藤)

■発行:医療法人社団正信会 理事長 吉松秀則 ■編集:水戸病院 広報企画委員会 ■印刷:(有)清原印刷

(注)「水戸病院だより」に掲載しております患者さまの顔写真等につきましては、御本人・御家族さまの了解を得ております。