

あしたば

明日葉

第7号

H19.6 発行

三 樹 病 院

TEL 0952-52-7272

FAX 0952-52-7255

info@miki-hosp.gr.jp



緊急の

心停止から救出

この度、三樹病院にAEDを
設置しました！

AED（自動体外式除細動器）
について



心停止により突然倒れた人に対し、だれでも使用できるAED（自動体外式除細動器）の設置が、県内の公共施設や学校、ショッピングセンターなどで進んでいます。平成十六年七月から一般市民の使用が認められ、現在、県内のおよそ四百二十カ所に設置されています。

AEDは心臓に電気ショックを与えることで、心室が小刻みに震え全身に血液を送ることができない致死性の不整脈状態を、正常な状態に戻す器械です。

二月に行われた東京マラソンで、二人のランナーがレース中に一時心肺停止となり、AEDによる蘇生装置で回復したニュースは記憶に新しいと思います。緊急事態に遭遇した場合、ためらわずにだれもが使ってほしい器械ですが、事前に使い方を知っておく必要があるとして、日本赤十字や消防署などが救急法講習の一環とした取扱い講習を実施しています。



鳥栖三養基地区西消防署の救急救命士による心肺蘇生法についての熱心な説明。



総師長より、AEDの取扱いについての説明。



救急救命士の指導による、心肺蘇生方法の様子。



佐賀県オリジナルのAEDシール（上図）

当院でもさる三月十六日、講師に鳥栖三養基地区西消防署、救急救命士の方を迎えての心肺蘇生方法とAED使用方法についての研修会を行いました。

熱心な指導のもと、実技を主とした研修会で皆、一生懸命に取り組んでの参加でした。救命士の方からは「さすが医療関係者の方はちがいますね。」とお褒めの言葉をいただきました。

（担当 樋口）

国民健康保険の方へ 期限は切れていませんか？

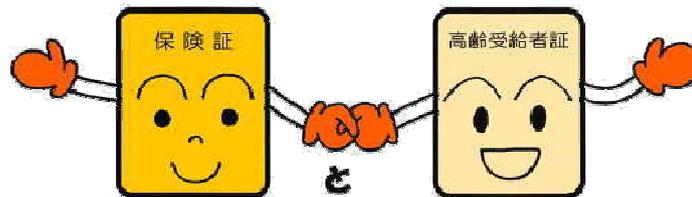


国民健康保険 被保険者証	有効期限 平成19年 7月31日	記号 18	番号 12345678
氏名	健康 花子	性別	女
生年月日	昭和23年4月5日		
世帯主氏名	健康 太郎		
住所	藤道市新宮1343番地の1		
資格取得年月日	平成15年 4月 1日		
発効期日			
交付年月日	平成18年 4月 1日		
保険者番号	112011818	藤道市	公印

有効期限
期限は切れていませんか？
期限が過ぎていたら、速やかに役場・市役所へ届けて下さい！

保険証提示のお願い

1ヶ月に一度、もしくは月の途中で保険証の変更があった場合は、受付窓口にご提示下さい。また、医療受給者証、標準負担額減額認定書、身体障害者手帳などお持ちの方も重ねてご提示下さい。
なお、保険証提示がない場合は、提出されるまで診療費は全額自費扱いとなりますので、ご了承下さい。(担当 熊田)



院内の勉強会について

当院では日頃より、医師および院外からの講師による勉強会を行っています。

日々医学は進歩し、技術も向上しており、それに対し遅れることのないよう、加えて日常行っている医療行為に自信を持ち、より知識を高め患者様に安心して治療を受けていただけるよう学習しています。

* 最近行った講習会をピックアップしてみますと

- ・ 癌化学療法
- ・ 感染防止（消毒と薬品） 講師：犬塚先生
- ・ 大腿骨頸部骨折術後のリハビリ 講師：成田先生
- ・ 救命講習会 講師：鳥栖三養基地区西消防署
- ・ メタボリックシンドローム ノバルティスファーマ



などがあります。

特に最近テレビでもよく取り上げられているメタボリックシンドロームの講習会では、肥満・高脂血症・糖尿病・高血圧などが様々な病気の原因となるため、日々の注意と定期的に健康チェックをすることが大切であるということを学びました。



- * メタボリックシンドロームの診断基準は、
- | | | |
|-------|-------------------|------------|
| ウエスト | 男性：85cm 以上 | 女性：90cm 以上 |
| 中性脂肪 | 150 mg / dℓ以上 | |
| 血圧 | 130 / 85 mm Hg 以上 | |
| 空腹時血糖 | 110 mg / dℓ以上 | |



となっています。
日頃から健康診断を受けている方もそうでない方も一度、左の数値と見比べてみて下さい。そして安心して健康な生活を送れるように定期の検査を受けるようにしましょう。

(担当 井上)

三樹病院に新しい先生が見えられました!



氏名:

久保田 雅博 (くぼた まさひろ)

生年月日:

昭和 39 年 4 月 18 日 (43 歳)

治療方針:

誠心誠意診療する。臨機応変に対応する。

得意分野:

消化器癌・乳癌の臨床(手術・化学療法)

緩和医療

趣味:

野球、蝶の採集

プロフィール:

宮崎県都城市出身

平成 2 年 防衛医科大卒業

平成 6 年 日本外科学会認定取得

平成 8 年 日本胸部外科学会認定医取得

平成 9 年 日本消化器外科学会認定医取得

平成 14 年 学位(医学博士)取得

平成 14 年 日本外科学会専門医取得

平成 16 年 日本外科学会指導医取得

平成 17 年 日本消化器外科学会専門医取得

診療実績:

平成 6 年 8 月 防衛医科大学校助手外科学第二講座勤務

平成 11 年 8 月 久留米大学助手医学部外科学講座勤務

平成 12 年 11 月 大牟田市立総合病院外科医長勤務

平成 17 年 10 月 福岡県立柳川病院外科医長勤務

一言コメント:

そのまんま東(現、宮崎県 東国原知事)の高校の後輩です。今年母校の都城泉ヶ丘高校が甲子園に初出場し念願の 1 勝をあげることができました。「目標を持ち全力を尽くせば叶えられる」と信じている一人です。

地域の皆様によりよい医療を提供できるよう日々努力していく所存です。宜しくお願いいたします。



今

年の春は、異常気象で例年になく暖かな気候となり、既に桜吹雪が舞い始めた四月七日(土曜日)病院恒例の「お花見会」が上峰町のおたっしや館で行われました。

会場には、おたっしや館長の厚意でステージ両脇に満開の桜が飾られ、花見気分が盛り上がる中、日頃からお世話になっている来賓の方々を交え、「三樹病院」、「明日葉」、「グリーン明日葉」、「デイサービス」、「居宅事業部」の職員総勢七十一名が一同に会しました。

会

は、院長先生挨拶の後、九名の新入職員の紹介があり、個性溢れるユニークな自己紹介と抱負を語り、会場は大喝采で新入職員を歓迎しました。これからの各部署での活躍を期待したいと思います。

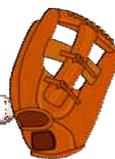
その後の祝宴では、差し入れの銘酒を独占して堪能する人、料理に舌鼓を打つ人、話に熱中する人等々・・・時間が経つにつれ会も盛り上がり、職員ナンバーワンのエンターティナーの熱唱あり、看護部の可憐なデュエットあり、圧巻だったのは新入職先生の体力向上曲と称して、間奏の時に、「全力疾走」や「うさぎ跳び」、最後はマイクを持ったまま「片腕立て伏せ」ありのパフォーマンスで、参加者全員が爆笑の渦に巻き込まれてしまいました。

時間余りの「花見の会」も瞬く間に終わりを迎え、呑み足りない人、話し足りない人もいたようですが、参加者それぞれが思い思いに「春の訪れ」を楽しんだひと時でした。

(担当 原)



三樹病院ソフトボール部



上峰町オープンソフトボール大会

H19年4月29日(日)

試合時の写真



よろしくおねがいます



いぬづかせんせい



いんちょうせんせい



くぼたせんせい

ソフトボール部は、毎月第2、4水曜日に練習を行っています。
少ない時間ですがキャッチボールや守備練習などを主に行っています。
昨年から上峰町主催のソフトボール大会に出場したり、他のチームと練習試合を行い、まずまずの成績を収めていますが、相手チームの素晴らしいところを学ぶことが多いようです。
また、院長先生より細かく反省点を指導していただき勉強することばかりです。

今年から、久保田 Dr も参加され、犬塚 Dr 共々心強い戦力になっていただくこと間違いないと思います。

昨年より少しでもレベルアップできるように院長先生監督の下、チーム一丸となってこれからも頑張っていきたいと思います。

(担当 中山)



~今後の公式試合スケジュール~
ソフトボール協会長杯大会
7月8日(日)
秋季ソフトボール大会
11月4日(日)



(上峰町老人福祉センター「おたっしゃ館」内)



デイサービスでは、利用者の皆さんが充実した1日を過ごせるよう、様々なサービスを提供しています。

集団レクリエーションでは100種類を超えるオリジナルレクリエーションを準備しています。身体を動かしながら楽しむゲームからチームが一体となり熱くなれるゲーム、椅子に座り卓上で行えるゲームなど、その日の利用者メンバーの方に合わせたものを提供しています。



デイサービスとは？

お身体が不自由な方や在宅の日常生活において介護を必要とされる方々が利用できます。送迎を行い入浴・食事・健康管理など、日常生活上のサービスを行っており、ご高齢の方々へ外出の機会を提供することで意欲をもって頂くための通所サービスです。

ご利用希望の方は担当のケアマネージャーさんにご相談下さい！！

一日のスケジュール

- 9 : 45 ~ デイサービス到着
健康チェック
- 10 : 10 ~ 朝の会
- 10 : 30 ~ 体操
- 11 : 00 ~ 集団レクリエーション
- 11 : 30 ~ 腰痛体操
- 11 : 50 ~ 口腔体操
- 12 : 00 ~ 昼食
- 12 : 30 ~ 歯磨き、休憩
- 13 : 30 ~ 入浴、リハビリ
個別レクリエーション
- 15 : 15 ~ 元気エクササイズ
- 15 : 30 ~ おやつ
- 15 : 45 ~ 帰りの会、音楽療法
- 16 : 15 ~ 帰宅

行事等で変更となることもあります。

午後からは、呼吸、腕、肩、背中、腰、足の機能維持・向上が図れるよう元気エクササイズに取り組んでいます。一つのメニューに対し行う回数や休憩の取り方も利用者さまに合わせたものとしています。



新人です

また、毎月の行事、ドライブレクリエーション、おやつレクリエーション等を実施し好評です。皆さん一度「かみみねデイサービスセンター」に遊びに来てください！

介護はみんなで！ 身近な相談室。

Aさん 「子供も大きくなってやっと一息という時に、一人暮らしの実家の母が体調崩して大変だったの。一緒に暮らすわけにはいかないし、困って居宅介護支援事業所のケアマネージャーに相談したら、毎日ヘルパーさんに手伝いにきてもらって、デイサービスに行く準備とか食事の準備とか部屋の片付けをしてもらうことにしたの。夕食は町の配食サービスを利用することになって火の不始末もなく安心できるわ。」

Bさん 「あら、うちのおじいちゃんも転んで骨折して、どうなるかと心配したけどケアマネージャーと相談して、週に3回デイケアでリハビリしてもらってお風呂にも入れてもらうから、ずいぶん元気になったよ。今じゃ杖で歩いて畑の見回りするのが日課になっているわ。」

Cさん 「実は姑が物忘れが出て、毎日のように物が無いと騒いでいるの。その居宅何とかというところにいけば相談にのってもらえるのかな。」

Aさん、Bさん 「それなら三樹病院の居宅をすすめるわよ。」

野の声 「フレッシュ？熟女？の言葉もあてはまらない個性的なメンバーですが、三人共通の大声、食欲旺盛、誠実、行動力でわずかでも手助けできるよう頑張っています。」

このようなご相談がございましたら、

いつでも三樹病院居宅介護支援事業所へお越し下さい。



通所リハビリテーション（デイケア）って何？



デイケアとは、介護保険の要支援または要介護の認定を受けられた方を対象に、自宅で生活されている方がリハビリやレクリエーション等を通していつまでも自立した生活ができるように（自立支援）したり、介護の負担が軽くなるように（介護予防）支援していくところです。



三樹病院のデイケアは、オレンジ明日葉とグリーン明日葉があり、二つとも三樹病院の北側にありますので、気軽に見に来てください。



デイケア明日葉って、どんなときに利用したらいいの？

デイケア明日葉にはいろんな利用の仕方があります。

デイケア明日葉を利用する方の目的はさまざまですが、どんなふうにご利用できるかが分かると効果的な利用が期待できますので、主な目的や役割を挙げてみます。



1. リハビリで身体機能の向上を図り、再発・再入院を防止し、自宅での生活を安定させていく。
2. 生活のリズムをつくる（決まった曜日・時間に行って、決まった時間に帰ってくる）。
3. 家に閉じこもるのではなく、いろんな人と接することにより集団生活に慣れたり、社会生活に必要なことを身につけていく。
4. 集団の中で、一緒にいろいろなことを体験していくなかで、自分を見つめ直したり、再発見をすることにより、目標を見付けていく。
5. 集団の中で、友人を作ったり、生活の楽しみ、ゆとりを見付けていく。
6. 集団生活の中で、人との付き合い方や、他の人や家族との距離をうまく保っていく練習の場とする。
7. 昼間の居場所としたり、家から外出する場所を作る。
8. 昼間寝てしまいがちになり、昼夜逆転の生活になってしまうことを防止する。
9. 病気やケガなどで落ちた体力を回復していく。



などが挙げられます。これ以外でも人それぞれ、いろいろな利用の仕方が考えられます。明日葉ではそれぞれの方に合わせたケアプランを作成し、その人に合った“生きがい”“楽しみ”を提供できるようにしています。

デイケア明日葉が自立や介護予防に役立つのはどうして？

基本的に参加は自分の意思で参加しているということです。たとえ主治医や家族などから勧められたとしても、自分で参加しているということには違いはありません。行くことが本当に嫌なのであれば、行かなくてもいいと思いますし、行くことによって余計にストレスが溜まったりするのであれば逆効果になる場合もあります（訓練として、適度なストレスが必要な場合もあります）。

また、苦しみやしんどさの種類の違いはあっても、デイケアに集まってくる人達は、何かしら苦しみやしんどさを持っています。そういった人達が集う場というものは、お互いに助け合い、支えあい、アドバイスしあうことで、自分自身を取り戻したり、苦しんでいるのは自分だけではないといった孤独感からの解放や、人のことを思いやる気持ちから自分をも思いやる気持ちを思い出したりすることが、本当に大切なこととなってきます。病気になる、自信をなくしている自分に対し、周囲から認められ、評価される体験や、必要とされる体験が自信を取り戻していくきっかけとなっていきます。そこから人付き合いや家族関係にもいい影響を与えていくことができます。

また、もともとデイケアは、入院していた人が退院した場合、入院時は24時間医療のもとにいたのに退院したとたん1~2週間に1度の診察だけになってしまうことはギャップがあり、不安という方も大勢いました。そこでその中間的な役割として、昼間を医療の中で過ごすことで、地域で（入院せずに）支えていくという考えのもとに作られたものです。

デイケア明日葉では、三樹病院と連携をとりながら医療と介護の両面から利用者さまをサポートしていくように心がけています。（担当 佐藤）



お問い合わせ先

三樹病院 通所リハビリテーション明日葉

TEL (0952) 52-7281

平成 19 年度 みやき町日曜祭日在宅医輪番表

6月	3日(日曜日)	平川医院
	10日(日曜日)	永岡眼科医院
	17日(日曜日)	東佐賀病院
	24日(日曜日)	いのくち医院
7月	1日(日曜日)	大島病院
	8日(日曜日)	平井内科
	15日(日曜日)	東佐賀病院
	16日(月曜日)・祭日	三樹病院
	22日(日曜日)	秋吉医院
	29日(日曜日)	やまだ小児科クリニック



三樹病院
外来診療担当医一覧
(平成 19 年 5 月 21 日 ~)

診療受付時間

月曜日～金曜日：

9：00～12：00

14：00～18：00

土曜日：9：00～12：00

14：00～16：00

日曜・祝日：休診

(急患についてはこの限りでは
ございません。)

	外来診療					検査		
	午前			AM/PM	午後		カメラ	レントゲン
	1診	2診	3診	整形				
月	院長		久保田	成田	久保田	犬塚	犬塚	北村
火	小池		院長	成田	院長	久保田	久保田	宗
水	小池		吉田 (糖尿)	成田	久保田	石橋	石橋 井手口	北村
木	西村 (循環器)		久保田	成田	犬塚	橋本	犬塚 橋本	宗
金	犬塚		院長	成田	久保田	犬塚	久保田	北村
土	大賀 (循環器)	犬塚 久保田	院長		第1・3週：犬塚 第2・4週：久保田		光野	宗
日								

ご存知ですか？～最近よく聞く光化学スモッグ～



自動車や工場などから排出された窒素酸化物や、ガソリンやシンナーなどに含まれる炭化水素などが、太陽の強い紫外線を受けて光化学反応により、光化学オキシダントという新たな物質に変化します。

光化学オキシダントの濃度が高くなると、白いモヤがかかったようになります。この現象を光化学スモッグといい、私たちの目をチカチカさせたり、のどの痛みをおこさせます。光化学スモッグは、特に6月～8月頃の、風が弱くて気温が高く晴れた日に発生しやすくなります。

●光化学スモッグが発生しやすい日



南系の弱い風
(3m/秒以下)
のとき



日中の最高気温
が25以上
のとき



午前9時以降の
日照時間が2時
間半以上のとき



夏型の気圧配置
のとき

光化学スモッグ
警報や注意報が
発令されたら、
以下のように対
処しましょう。

お子さんと屋外で遊んでいた場合は、屋内にはいりましょう。
屋内にいる場合も、風の向きを考え、窓を閉めましょう。
目が痛い！喉が痛い！などの症状が出た場合は、目を洗う・うがいをするなど処置を行い、
安静にしていましょ。症状が良くならない、ひどくなったなどの場合は、医師に診察して
もらいましょう。