

ご自由にお持ち帰り下さい。



MY HOME DOCTOR

生きがい

2013年

12月号



創立1955年 医療法人西福岡病院

散歩道 唐津市

大改装でさらに有名になった東京駅の原設計者、唐津出身の明治の大建築家・辰野金吾の盟友であった曾瀬達蔵（唐津藩江戸屋敷にて一八五二年生れ）の設計による建物。旧三菱合資会社（三菱商事の前身）の唐津出張所として、石炭産業全盛時代に活躍した建物。今も海岸通りに「唐津市歴史民俗資料館」として、その雄姿が健在である。（明治四十一年竣工）



旧三菱合資会社唐津出張所

93

健康 随筆

活力ある未来と

野田 哲也

平成25年9月8日未明、IOC総会で2026年の夏季オリンピック・パラリンピックの開催都市が東京に決定したことが発表されました。テレビなどマスメディアが大々的に伝えるところによれば、日本各地でその喜びが爆発しているとのこと、そのニュースを聞きながら本稿を認めています。



東京で五輪が招致されるのは、第二次世界大戦により開催が中止されたときを除いて今回が二回目だとのこと。前は昭和39年（1964年）開催で私も16歳の高校生の時でした。学校の授業時間を利用してテレビ観戦させてもらった記憶が蘇り、なつかしい思い出となっています。と同時に五輪をきっかけに日本の社会がダイナミックに変貌していったような記憶が少年の心にも強く残っています。

今回の招致を奇貨として、スポーツの普及・振興は勿論のこと障害のある方へのこれまで以上の手厚い配慮を通じ将来の健康長寿日本を実現すべく医療や福祉分野への諸施策を強力に推進するとの政府の方針が表明されています。

こころは山中教授のノーベル賞受賞の偉業を除けば近隣諸国との領土問題や逼迫した財政問題など心弾まない話題が目立っており、この拙稿が生きがいに収載されるのは2〜3カ月後だとのことですが、それまでには消費税の帰趨も決定されているでしょうから、今回の五輪招致と相俟って再び日本が新しい社会形成に向かって動き出すような予感がしてなりません。

「日本よ、ぼやぼやするな！」との天の啓示であれかしと願っています。

（医療法人西福岡病院 事務部長）

西福岡病院の理念

私たちは、医療の基本に則り、更なる研鑽につとめ、常に地域の人々の立場に立った病院づくり、最適な医療提供を目指します。

特集

「回復期リハビリ病棟って
どんなところ？」

回復期リハ病棟
看護長 河村 名恵

10月19日、私が勤務している回復期リハビリテーション病棟（以下、回復期リハビリ病棟）についての健康講話をさせていただきました。病院フェアと同日の開催ということもあり、たくさんの方のご参加、本当にありがとうございました。

さて、リハビリはなぜ必要なのでしょう？人は1日寝たきりになると、体力を取り戻すのに1週間かかります。そして1週間寝たきりになることによって、回復までに1ヶ月もかかってしまうことがあります。寝たきりになると、手足や腰だけでなく、低血圧、肺炎、不眠、便秘といった様々な内臓の障害も引き起こしてしまいます。何らかの原因で寝たきり、またそれに近い状態になった場合に、寝たきりを防止し元の体、元の生活に戻る、また近づけるためにリハビリが必要となります。

回復期リハビリテーション病棟（以下、回復期リハビリ病棟）は、その名のとおりリハビリが主な病棟で、「家に帰るため」「また仕事をす

対象疾患と期間

- ・脳血管疾患…脳出血、脳梗塞など
- ・脊髄の疾患…脊髄損傷など
- ・整形の疾患…骨折、骨折の手術後等
- ・廃用症候群…手術や治療によって寝たきり、またはそれに近い状態

Nishi Fukuoka Hospital

《表1》

るため、集中的にリハビリを受ける病棟です。すべての患者様が入院できるのではなく、表1のように対象となる疾患が決まっております。また、疾患によって入院期間が決まっています。入院期間は最短で60日、最長で180日です。

「家に帰る」を目指して取り組んでいること

- ・自分でできることは自分で
- ・セラピストは早出、遅出で対応
・365日、リハビリを行う
- ・リハビリ以外の時間を有効活用

Nishi Fukuoka Hospital

《表2》

回復期リハビリ病棟で勤務する私達は、患者様が「家に帰る」事を目指してチームで取り組んでいます。表2がその取り組みの一部です。

自分でできる事は自分で

これは大変難しい事です。これが家に帰る第1歩なのです。家に帰たら自分の事は自分でしなければならぬ方がほとんどです。少しでも早く、ご自分でできるように私達は心を鬼にして見守らせていただいています。

地名の由来

一六八話



飯田 良三

四国の山で石槌山に次ぐ標高1955mの名峰である。「剣」と名のつく山は立山連峰の一角にもあるが、こちらは岳で岩盤荒々しい。

四国のそれは女性的な山容であるが、昔は取りつけ道路も吉野川沿いに、どの道をとっても長く、登るにはかなり困難であった。私が医学会のおり登山したが、穴吹町から木谷平、見の越と簡易舗装がなされ、ここ当地のO製菓の山小屋があり、それから頂上までリフトがあり、登山と云うよりピクニック気分であった。

山荘のガイドの方が『大昔神代の時代、この山を神剣で切り裂き、二つにしたのが山名の由来』とか。今の頂上の向かいに谷を挟んで同じ一峰が

楽しいレクリエーション

お誕生日会



クリスマス



コンサート



毎日続けて維持・改善!



365日、リハビリを行う

回復期リハビリ病棟では、1年中休みなくリハビリをしています。そして、リハビリスタッフは早朝と夕方も勤務し、患者様の日常生活の中でのリハビリを行っています。

リハビリ以外の時間を有効活用

リハビリ室でするだけがリハビリではありません。病棟で過ごす時間をどのように有効活用するかが重要です。その過ごし方について、病棟では色々なレクリエーションを考えお誘いさせていただいていま

す。写真のように四季を通じて様々な工夫を凝らし、患者様と共にスタッフも楽しんでおります。そしてこれもまた、リハビリの一環となっています。

回復期リハビリ病棟では、「どうしてベッドでご飯を食べてはいけないの?」「トイレはポータブルトイレを置いて欲しい」などの声を聞くことがあります。ですが、家では基本的にベッド上で食事をするとはないはず。トイレもベッド上ですることはいけません。回復期リハビリ病棟では、食事、排泄、入

浴などの全ての日常生活動作がリハビリであると理解していただきたほうがいいでしょう。そして、なるべく家での生活に近い形で過ごしていただく事が、早く退院できる事につながると考えます。

以上、リハビリと回復期リハビリ病棟についてでした。

最後に：皆さん、日頃しっかりと笑っておられるでしょうか? 私は笑うこともリハビリだと思っています。皆さん、一生に一度の人生、どうぞ笑ってお過ごしください!

あり太郎笈、次郎笈に分かれ、合わせて一つ「剣山」と地元では言っているとか。

これから吉野川の源流は、池田市まで日本一の「祖谷溪谷」を形成、各処に名勝地があるが、小生はいまだに訪れたことはない。私の子供がJR土讃線で高知に旅行した時のこと、「大歩危」「小歩危」を通過、小歩危の方が大きい。何故かといえば「大股で渡らぬと危ない」、片や小歩危は「小股で歩いても危ない」が名の由来とやら、期待はずれは「かずら橋」、でも溪谷は深いのとことであった。

さて日本アルプスの「剣岳」ここは長いこと登山不可能と云われていたがそこは人間、明治になって苦心艱難の末に『初登頂しやったぜ』と喜んだのも束の間、山頂に釈杖があった。「登山」という言葉が無かった昔は、信仰の対象にどこかの行者が「神様に会いに登った」のであろう。

(西福岡病院非常勤顧問)

今月の街の行事予定

西陵公民館 ☎092-891-6342

青少年ひろば

「健やかカルタ」かるた大会

日 時 12月8日(日)10:00~12:00

◎場 所 西陵小学校 体育館

◎対 象 小学生・中学生

☆恒例の「餅つき大会」も開催します。

共催:西陵校区自治協議会

子育てミニミニひろば

クリスマス会

日 時 12月12日(木)10:00~12:00

◎場 所 西陵公民館 児童等集会室

◎対 象 0~3歳児と保護者

◎講 師 保育士 大西 美穂子 さん

◎申し込み 公民館まで(定員20名)

定員になりしだい締め切ります。

高齢者教室 人権学習

「認知症患者さんの
人としての尊厳」

日 時 12月16日(月)

13:30~15:00

◎場 所 西陵公民館 講堂

◎対 象 60歳以上の人・校区住民

◎講 師 介護老人保健施設 西寿

施設長 北原靖久先生



詳しくは公民館にご確認ください。

健康講話

《今月のテーマ／お腹の痛み》

と き 平成25年12月7日(土)
午前10時より午前11時まで場 所 医療法人西福岡病院
本館3階会議室

☎ 092-881-1331

住 所 西区 生の松原3-18-8

講 師 当院院長 外科医師 中垣 充

会 費 無料

★軽い運動を行いますので、動きやすい服装でお越し下さい。

お問い合わせ先

医療法人 西福岡病院 総務課 ☎092-881-1331

外 来 診 察 表

※年末年始のご案内／12月30日(月)~1月3日(金)までお休みさせていただきます。

診療科目	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
内 科		児玉	児玉			濱本(1休診)		濱本		濱本	交代
内 科	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)			
	呼吸器内科		高野	高野			高野	高野	野田		
	消化器内科	安藤(文)/山田	安藤(文)/山田	宮本	安藤(文)/宮本		安藤(文)/宮本		安藤(文)	山田	
	循環器内科		松尾	松尾	松尾		松尾	松尾	松尾		
	糖尿病内科	大庭		若杉		大庭	大庭		若杉/井野	若杉(15時~)	
神 経 内 科	非常勤				非常勤		非常勤				非常勤
外 科	中垣		非常勤		中垣		中垣		非常勤		非常勤
整形外科・リハビリテーション科	佐々木/勝野	高比良	真島/高比良	真島	真島/勝野	高比良	真島/勝野		佐々木/高比良	勝野	非常勤
泌 尿 器 科		非常勤		非常勤				非常勤			
皮 膚 科	八坂		八坂		八坂		八坂		八坂		
眼 科	非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		
耳 鼻 咽 喉 科	非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤 (1・2)
婦 人 科	安藤(真)		非常勤		安藤(真)	安藤(真)					非常勤
緩和ケア内科			川上	川上					川上	川上	
腫 瘍 内 科							川上				
禁 煙 外 来				國武(予約制)							

※ご質問は各科担当医あるいは外来看護長、外来医長までおたずね下さい。

平成25年11月25日現在

※変更の場合がありますので、外来直通☎092-881-1371もしくは病院代表☎092-881-1331までおたずね下さい。(一覧表もごさいす。)

当院では、インフルエンザの予防接種を行っています。詳しくは外来直通☎092-881-1371までお問い合わせ下さい。

福岡市が行うがん検診等

●当院の実施曜日／平成25年4月現在

検診名(当院の実施曜日)	検査内容(当院の実施曜日)	受診間隔	対象年齢	料金
乳がん検診(火・金・土) ●	マンモグラフィと視触診の併用	2年度に1回	満40歳~49歳 満50歳以上	1,500円※ 1,200円※
子宮がん検診(月・火・水・土) ●	子宮頸部の細胞診	2年度に1回	満20歳以上	1,200円※
胃がん検診	胃透視(月~土) ● 胃カメラ(月~金) ●	1年度に1回	満40歳以上	1,800円※
大腸がん検診	便潜血	1年度に1回	満40歳以上	500円※
前立腺がん検診	PSA血液検査	1年度に1回(10月・2月のみ実施)	満55歳以上男性	1,000円※
B型・C型肝炎ウイルス検査	血液検査	過去に検査を受けたことがある人を除く。	満20歳以上	無料

「福岡市が行うがん検診等」は、福岡市にお住まいの方であれば、加入保険に関係なく受診できます。

当院で実施中!

※減免について
満70歳以上の方、非課税の方は無料で受診することができます。

西福岡病院 健診部 〒819-8555 福岡市西区生の松原3丁目18-8 ☎092-881-1385

●発行/ 医療法人
西福岡病院〒819-8555 福岡市西区生の松原3-18-8 ☎ 092-881-1331・FAX 092-881-1333
(事業者個別番号)

http://www.nishifukuhp.or.jp