



MY HOME DOCTOR

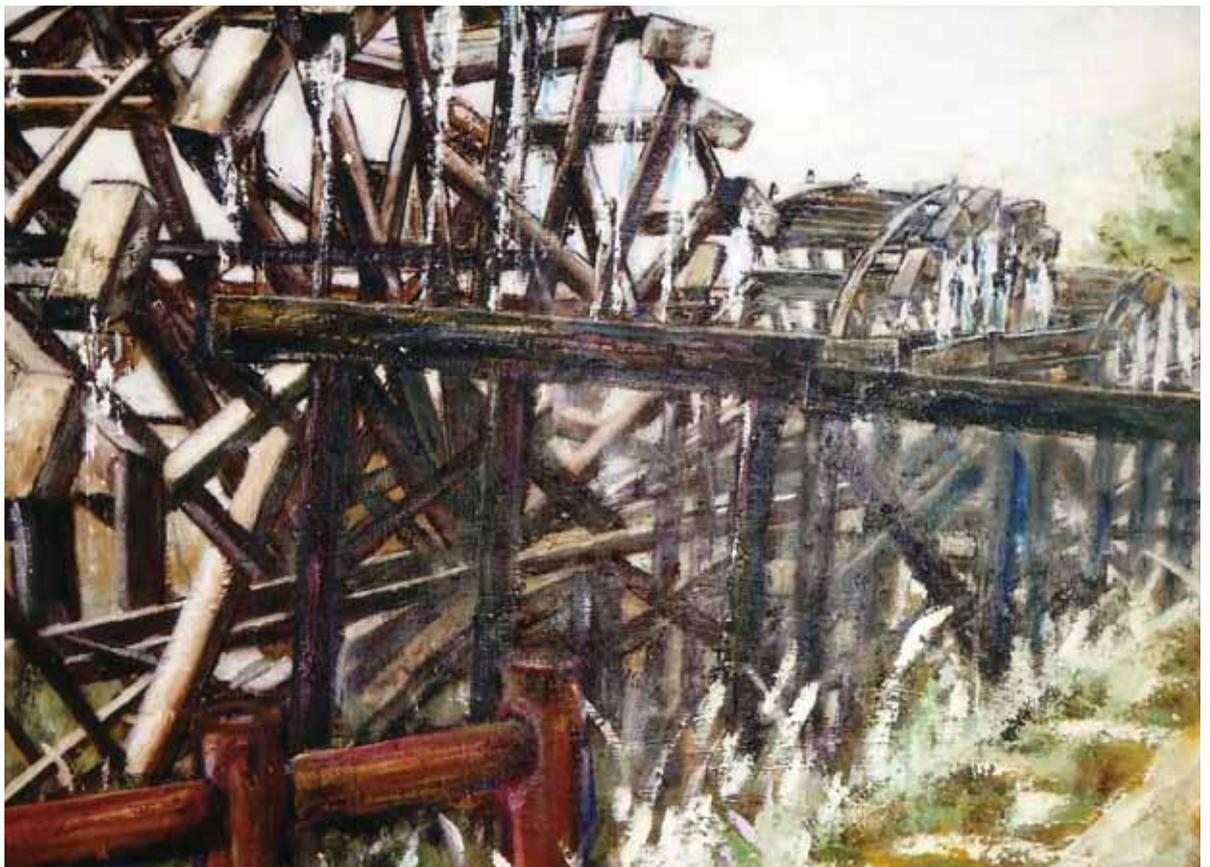
生きがいの



散歩道

三連水車

筑後川の水を農地に引き入れるためにつくられた、大規模用水「堀川用水」にある水車。正式名は菱野三連水車と言われ、200年以上も前の江戸時代に造られました。日本最古の実働する水車として国の史跡に指定されています。昨年の豪雨災害では甚大な被害を受けましたが、今は元気な姿を取り戻しています。



健康 随筆

介護と珈琲

波瀾万丈の60年、苦しみ屈する事もなく逞しく生きて来たと自負しています。これまでの生き方に何一つ悔いる事はありません。

初婚は25歳の時、15年続きました。

二度目は10年余、そして三度目は32年で幕を閉じました。それぞれ仕事に、子育てにと休む間もなく頑張りました。

最後は夫が脳梗塞で倒れ、その後腎不全、透析と8年間、病院詰めでした。この間ひたすら一人で介護に明け暮れました。夫が私の腕の中で息を引き取った時、一筋の涙を見ました。その時、それまでの苦しみは水泡と消えました。完璧なまでに尽くし終えると、淋しさも悲しみもなく、ただ安らかに旅立ってくれた事への感謝の気持ちでいっぱいでした。

夫が元気だった頃から、私は英語と韓国語を習っていました。透析で病院通いをするようになってからは、その合間の時間を利用して、週一度病院近くの珈琲ショップで、アンドリュウ先生（英語）、チャル先生（韓国語）が、楽しい話題の中で私を励まして下さいました。8年間、雨の日も風の日も真夏の暑い日も、一日も休まずに。

夫が亡くなってからは、夫とよく来ていた赤坂の珈琲ショップでこの会は続いています。そしてここでマスターやママ、歌手の前川清さん、多くのお客様などともお知り合いになり、お陰さまで心豊かな日々を過ごさせて頂いております。

（コスモポリタン）



かわぐち
川口 佳子

西福岡病院の理念

地域の人々に信頼される
納得と安心の医療・介護・
福祉の提供を目指します。

特集

認知症の理解のために

医療法人西福岡病院 顧問 認知症相談医

北原 靖久

初めに

現在、日本は人口の26%以上が65歳以上という超高齢社会です。認知症は、年齢とともに増

加し、85歳を過ぎると4人に一人は認知症になると言われています。我が国の最重要課題の一つであるとともに、だれもが人ごとに出来ない、避けては通れない問題なのです。認知症は現在まだ治すことのできない病気ですが、特別な恐ろしい病気ではありません。予防法も進歩してきました。又、早期に発見し治療を開始すれば、悪化を遅らせ長く自宅で生活できるようにすることも可能です。その為には、認知症を理解し正しい対応の仕方を目指していただきたいと思います。そして認知症の人と共生できる社会を作っていく必要があります。

認知症とは

一度身についた認知機能が、何らかの脳の障害により失われ

社会生活に支障をきたした状態が6カ月以上続いていることを指します。意識障害やうつ病等は除きます。

中核症状と呼ばれる記憶障害(自分のしたことを忘れる)、見当識障害(時、場所、対人関係の理解が出来なくなる)、失行(服を着る、風呂に入る、排泄などが上手く出来なくなる)で日常生活に支障をきたすことを意味します。本人も自分が出来なくなったという事は分かっているのに困っているのです。それに伴って行動心理症状(BPPD)が出現してくることがあります。物盗られ妄想、興奮や徘徊は家族や介護者が最も悩まされる症状でしょう。

認知症は増えているか

日本では現在認知症患者462万人、予備軍といわれる軽度認知障害者は400万人、将来は最高700万人になるといわれています。世界的には予防法(後述します)が普及して減り始

アルツハイマー病(AD)の危険因子

AD脳変化は発病の20-30年前から始まっている
中年期の危険因子は、高齢期の危険因子ではない

	55歳以下	70歳以上
高血圧	1.8倍	1.0倍
糖尿病	3.2倍	2.0倍
高コレステロール	1.7倍	0.9倍
喫煙	4.8倍	0.5倍

低学歴(教育なし) 11倍

出典：「認知症を考える 一福岡県療養病床協会講演集一」

めている国も出現しているそうです。

認知症の診断と治療

認知症を起こす病気は100種類以上あると言われますが、①アルツハイマー型認知症が50%以上、②脳血管認知症が15%、③レビー小体型認知症15%、④慢性硬膜下血腫、ビタミン欠乏症など治療すれば治る認知症や、認知症と区別がつきにくい病気

歩いて 福岡の道

天拝湖

大野城いっいの森

野外教育家 谷 正之

天拝湖がある筑紫野市総合公園から、牛頸ダムがある大野城いっいの森まで、山を越えて歩いてみる。

西鉄またはJRの二日市駅から西鉄バスに乗車し、山口バス停で降りる。バス停から少し引き返し交点①を左へ進むと、25分程で公園入口の分岐②に着く。

分岐③は左折し、木陰の林道を上る。分岐④のすぐ先の分岐⑤を左に入り、山道を上る。途中、短い急坂が4カ所程ある。分岐②から50分位で、大佐野山(標高3333m)に到着する。ここからの展望はない。

牛頸山方面に向かい、分岐⑥は右へ下る。やがて大野城いっいの森に入る。分岐⑦からすぐの所に展望所がある。福岡湾近郊の島々、三郡山地、眼下に水辺公園など眺望できる。分岐⑧は左へ。舗装道に変わり、頂上から約60分で交点②に着く。

水辺公園内を抜け、牛頸ダムの横を過ぎると、山の神のお堂がある分岐⑨に着く。右の石段を上ると、交点②から20分程で南山手団地バス停に辿り着く。ここから乗車し、西鉄大牟田線の下大和駅方

今月の街の行事予定

西陵公民館 ☎092-891-6342

高齢者教室

「ペタンク」

日時 2月20日(火)
13:30 ~ 15:00

◎場所 西陵公民館 講堂
◎対象 60歳以上の人
*楽しみながら身体と頭の体操ができるスポーツです。お気軽に体験してみませんか? 動きやすい服装で参加して下さい。



子育てミニミニひろば

「おひな様」

日時 2月15日(木)
10:00 ~ 12:00

◎場所 西陵公民館 児童等集会所
◎対象 0 ~ 3歳児と保護者
◎指導 保育士 大歯美穂子さん



子育てサロン「まつぼっくり」 毎週木曜日に開催 10:00 ~ 12:00
◎場所 西陵公民館 児童等集会所
◎対象 0 ~ 3歳児と保護者
*情報交換とお友達づくりの場です。

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 / 低栄養と食事》

とき 平成30年2月24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 栄養科 管理栄養士 山下 あおい
会費 無料

お問い合わせ先 医療法人 西福岡病院 総務課 ☎092-881-1331

老健西寿での家族・地域交流会の案内

テーマ:「健康寿命につなげよう」 場所:西寿1階
日時:3月10日(土)10:30~11:30 問い合わせ先:092-892-3060
ご参加お待ちしております。

外来診察表

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	中村	中村	中村	飯田	中村	児玉				飯田/北原	飯田/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)		渡辺	
			高野	高野	落合(2・4)	吉川	高野	高野	吉川	落合	
			國武	國武	國武(1・3・5)	國武			國武	國武	
消化器内科	安藤(予約制)/山田		安藤(予約制)/山田	宮本	安藤(予約制)/宮本	山田	安藤(予約制)/宮本	山田	安藤(予約制)/山田		
循環器内科	大園	松尾	松尾	松尾	松尾	大園	松尾	松尾	大園/松尾		
糖尿病内科	下田		井野	下田		下田	下田		井野		
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	瀬尾	高比良	高比良		瀬尾	高比良	瀬尾		高比良	瀬尾	非常勤
泌尿器科		非常勤		非常勤				非常勤			
皮膚科	鈴木		鈴木		鈴木		鈴木		鈴木		
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		非常勤		森園/非常勤		森園/非常勤		非常勤		非常勤
婦人科			非常勤						安藤		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。

※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。(一覧表もごさいます。)

そくていけんまくえん
当院では現在、「足底腱膜炎」の注射剤の治験にご参加いただける方を募集しています。

治験にご参加
いただける方

- 20歳以上75歳未満
- 痛みが6週間以上続いている
- 1週間に1回程度の頻度で約5週間、当院に通院可能な方(注射は1回のみです)

上記以外にも参加条件があり、ご参加いただけないことがありますのでご了承ください。患者さんのプライバシーに配慮し、個人情報保護を遵守します。

ご興味のある方は電話でお問い合わせください **お問い合わせ先 医療法人 西福岡病院 治験管理室 ☎092-881-1331(代表)**

そくていけんまくえん
足底腱膜炎とは?



足の裏の腱膜が炎症を起こして、痛みが発生する病気で、スポーツやランニングでの足の使い過ぎのほかに、足の柔軟性が低下することや筋力が落ちることなどが原因で起こります。