



MY HOME DOCTOR

生きがい



散歩道

耳納山遠景

筑後山地の北端に位置する耳納連山。麓にある久留米市草野町は、江戸時代以降日田街道の宿駅として繁栄したといわれています。当時の古社寺や古民家が多く立ち並び、伝統的町並み保存地区に指定されています。国の登録有形文化財である草野歴史資料館や山辺道文化館が観光拠点となっています。



健康随筆

一、十、百、千、万健康法

とみざわ 富澤 義敬

今、「二億健康熱中症」。初対面でも健康の話題で百年の知己で談論風発。健康法は百花繚乱ですがコスパ拔群は一、十、百、千、万健康法。毎日励行すれば元氣澆刺に。一は一日一回快便。十は十人とオシヤベリ。百は百字、肉筆で書く。千は千字読む。万は一万歩く。



パソコンがペン、の今、薔薇を書ける人は絶滅危惧種に。ツイッターなど短文の電子文字は無味乾燥な記号、文章ではない。百人の大学生のうち毎日、新聞購読は一割以下という調査がある。コンビ二へ缶ビール買うのにも愛車で、の時代、第二の心臓である足は脆弱の極みに。困難は十人とオシヤベリ。首紐（ネクタイ）の呪縛で名刺を手に入れた東奔西走した働き蜂時代は十人との会話は朝飯前だったが、不足額2千万円で百歳時代を生きる孤独と不安で閉門蟄居の年金生活では会話は家族のみの哀話に。フェイス・ツウ・フェイスの対話は脳の血の巡りをよくします。今は死語ですが、井戸端会議は脳トレの妙薬だったかも。

「十人の友」を確保する妙薬は年賀状。俳句と酒を友に漂白の生涯の山頭火は昭和6年元旦に「賀状は無用でない有用」と明記。賀状は一期一会の友との絆。ラインやメールでなく墨痕鮮やかな賀状をおせちに天下御免の朝酒、お屠蘇は「十人の友」と亀鶴の壽を祝う妙薬です。賀状は山びこ、出さねばノリターン。賀状健康法で元気に辰年をお迎えください。

恐々謹言
(学士会読書会世話人)

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。

訪問看護について

現在当院の訪問リハビリを利用されている方の9割以上が訪問看護と訪問リハビリを併用しています。訪問看護の役割は以下の通りです。(表2)

〈表2〉 訪問看護の役割

- ① 健康状態のアセスメント
- ② 日常生活の支援
- ③ 心理的な支援
- ④ 家族など介助者の相談や助言
- ⑤ 医療的ケア
- ⑥ 病状悪化の防止
- ⑦ 入退院時の支援
- ⑧ 社会資源の活用支援
- ⑨ 認知症者の看護
- ⑩ 精神障害者の看護
- ⑪ リハビリテーション看護
- ⑫ 重症心身障害児看護
- ⑬ エンドオブライフケア

訪問看護は入退院時の支援もしています。退院時は退院前カンファレンスや担当者会議に出席し、退院時に利用者さんが困らないように、計画を立ててから退院していただきます。また、訪問時に利用者さんが体調不良で困っていることがあります。そのような時私たちは利用者さんの状態を主治医に報告して指示を仰ぎます。利用者さんの体調が急変した時

は、訪問看護や外来看護師との連携が非常に重要となります。

エンドオブライフケアとは、診断名、健康状態、年齢に関わらず、人生が終わるその時まで最善の生を生きることが出来るように支援することとされています。

自分の望む人生を送る為に、人生会議を実施しています。そこでは、今後どこで生活するのか？お食事の形態はどうするのか？ご家族の介護負担は大丈夫なのか？など、さまざまなことを話し合います。

利用者さんやご家族からこういったお声をいただいています。

- ① 毎回外来リハビリに通うことが難しいので自宅に来てくれて嬉しい
- ② 自主訓練の方法や運動強度を見てもらえるので助かっている
- ③ 体調不良の時に迅速に対応してくれたのでありがたかった

退院後にご自宅でリハビリや看護を利用されたい方は是非、担当療法士や担当看護師にご相談ください。訪問リハビリや訪問看護への問い合わせ也大歓迎です。

訪問リハビリテーション → 当院2階リハビリ室
訪問看護ステーションふよう → 当院1階

大宰府の防衛施設として朝鮮式山城が築かれた大野城。四王寺山の名で親しまれている。こげた米が発見された所を焼米ヶ原と呼ぶ。

都府楼前駅から歩き始め、大宰府展示館を北進すると55分位で登山口に着く。

ここから木陰の山道を上る。途中、戦国武将の鏡と語り継がれる高橋紹運の墓がある。

四王寺林道を横切ると間もなく、登山口から約30分で岩屋山



焼米ヶ原と尾根道に見える土塁

焼米ヶ原

体験活動協会 FEA 理事長
谷 正之

ふくおかの
自然探訪

その60

リハビリがお伺いします

医療法人 西福岡病院
リハビリテーション科 真島 丈

訪問リハビリについて

退院後に運動量が減ってお困りではないでしょうか。当院には訪問リハビリがございます。訪問リハビリは「居宅要介護者について、居宅においてその心身機能の維持及び回復を図り、日常生活の自立を助ける為に行われる、理学療法、作業療法、その他の必要なりハビリテーション」です。住み慣れた場所でリハビリをすることが出来ますので、機能訓練だけではなく、趣味などの活動や、地域への参加を行いやすい、退院直後からリハビリを途切れなく受けることが出来るので入院時に獲得した能力の維持・向上がしやすいと言わ

れています。訪問リハビリの役割は以下の通りです。
(表1)

- 訪問リハビリを利用するには、
- 1 介護保険の要介護認定を受けている（要支援・要介護）
 - 2 月に1回以上、主治医の診察を受けている
 - 3 外来リハビリや通所リハビリを受けることが困難（短時間デイケアやデイケアを利用できる方は原則そちらが優先）

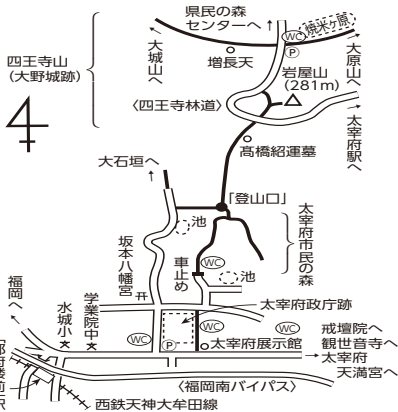
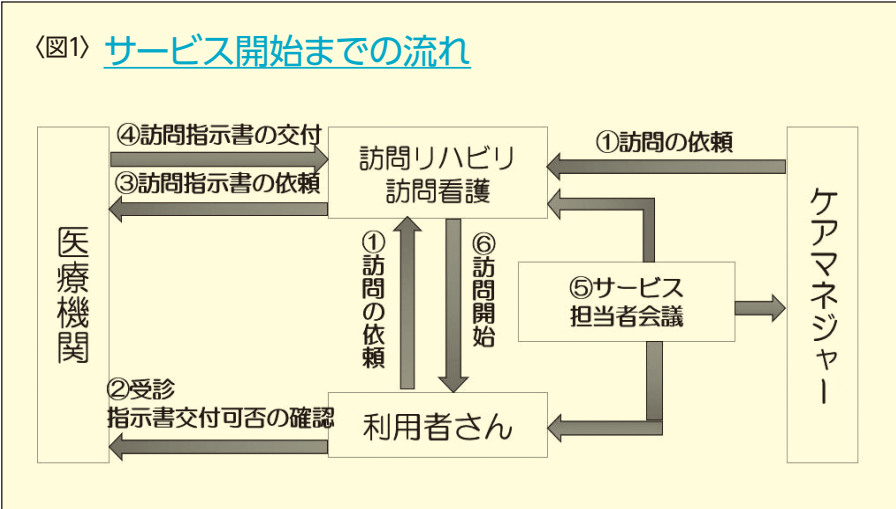
この3つの条件が必要になります。

訪問リハビリは、まず、利用者さんとケアマネジャーから訪問の依頼をいただきます。次に、利用者さんは主治医を受診し、訪問指示書の発行が可能かどうかをお尋ねください。主治医が訪問指示書を交付しますと、サービス担当者会議を実施します。会議実施後に訪問開始となります。(図1)

〈表1〉 訪問リハビリの役割

- ① 心身機能の評価及び訓練
- ② 日常生活動作の訓練
- ③ 家族への指導及び助言
- ④ 環境の評価及び提案
- ⑤ 福祉用具の評価及び提案
- ⑥ 利用者さん、家族への精神的支援
- ⑦ 社会参加への繋ぎ役
- ⑧ 医療機関などの関連職種との連携

〈図1〉 サービス開始までの流れ



岩屋山から望む大宰府政庁跡 (写真中央)

場 所 太宰府市、糟屋郡宇美町

一口メモ 令和ゆかりの坂本八幡宮、戒壇院、観世音寺、少し離れて太宰府天満宮がある。

に着く。高橋紹運の岩屋城跡でもある。見晴らしがよく、大宰府政庁跡を見下ろせるのが一番の特色だ。

頂上から引き返し右へ行き、林道に出て北へ上る。岩屋山から20分程で焼米ヶ原(330m)に到着する。広々とした草地で開放感がある。尾根道に見えるのは土塁で、長さ8kmにおよぶ。小高い所からの眺めは絶景。帰りは来た道を戻る。

今月の街の行事予定

西 陵 公 民 館 ☎092-891-6342

シネマせりょう

日時 12月8日(金)13:30~15:30

昭和30年代の東京下町に暮らす人々を描き、感動を巻き起こした「ALWAYS 三丁目の夕日」の続編。貧乏作家の茶川は、姿を消したヒロミを想い続けながら淳之介と暮らしていた。そんなある日、淳之介の実父である川瀬が…。

場所：西陵公民館 講堂

定員：30名

申込先：西陵公民館 (☎891-6342)

劇団かつこん党公演

笑いと涙のハートフル演劇3本立て

*忘却のリレ *花さき山 *キノコ*ばらだいす

日時 12月16日(土)開場14:00/開演14:30~15:30

場所：西陵公民館 講堂

対象：どなたでも

定員：約50名(予約先着定員になり次第締切)

講師：劇団かつこん党(2015年10月もち文化センターの講座「もちシニア演劇部」がスタート。グループ名を「劇団かつこん党」と命名。名前の由来は、あの有名な漢方薬「じわじわと効き、見る人を元気にすることを目指している。」共催：劇団かつこん党、西陵公民館

健康講話

《テーマ》 痛みのはなし ②膝の痛み

と き 令和5年12月16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

☎ 0570-09-1331

住 所 西区 生の松原3-18-8

講 師 副院長 高比良 知也

会 費 無料

お問い合わせ先 医療法人 西福岡病院 総務課 ☎0570-09-1331(代表)

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/山本	中村	中村		中村/川上	川上			川上	(川上)	高野(2-4) 中村(1-3)
内 科	呼吸器内科	原田 原田(15時まで)			原田 原田(15時まで)		原田 原田(15時まで)		渡辺	渡部	渡辺(1-3)
	呼吸器内科 睡眠時無呼吸	河端 河端	高野 高野				高野 高野/渡辺				
	消化器内科	國武 國武	國武 國武	國武(1-3・5)	國武			國武 國武			
	循環器内科	大園 松尾	松尾 松尾	松尾 大園	松尾 大園	松尾 松尾	松尾 大園	松尾 大園			
	糖尿病内科	下田	井野 下田	井野 下田	井野 下田	井野 下田	井野 下田	井野 下田			
脳神経内科	緒方(九大)				小俵(九大)		劉(九大)				
呼 吸 器 外 科							非常勤 非常勤	非常勤 非常勤	非常勤 非常勤	非常勤 非常勤	
外 科			非常勤		中垣		中垣				非常勤
整形外科	高比良		高比良			高比良	高比良		久保田(九大)	久保田(九大)	
泌尿器科		非常勤		非常勤				非常勤			
皮膚科	寺脇		寺脇		寺脇		寺脇		寺脇		
眼科	川村(福大)						池田(福大)		上野(福大)		
耳鼻咽喉科	非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		
婦人科	安藤 安藤				安藤 安藤	安藤 安藤	安藤 安藤	安藤 安藤	安藤 安藤	安藤 安藤	安藤
緩和ケア内科	森永		友岡		森永				森永		
腫瘍内科											
禁煙外来				國武(予約制)							
リハビリテーション科	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※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☎0570-091-331までおたずね下さい。(一覧表もございます。)

診療時間・受付時間				※診療科によって曜日、診療時間、受付時間が異なります。上記の診療案内と照らし合わせながらご確認ください。	
				※耳鼻咽喉科・皮膚科・整形外科は小児も診察可能です。事前にお電話にてご相談下さい。	
	診療時間 ()内は受付時間				
	平 日 (月～金)			土	
	午 前	午 後		午 前	
内科/呼吸器内科/外科	9:00～12:00(8:30～11:30)	13:00～17:00(12:30～16:30)		9:00～12:30(8:30～12:00)	
消化器/循環器/糖尿病/整形/呼外/緩和ケア/腫瘍	9:00～12:00(8:30～11:30)	13:00～17:00(12:30～16:30)			
脳 神 経 内 科	*月) 9:30～12:00(8:30～11:30)				
	9:00～12:00(8:30～10:40)				
泌 尿 器 科		13:30～17:00(13:00～16:00)			
皮 膚 科	9:00～12:00(8:30～11:30)				
眼 科	10:00～12:00(8:30～11:30)				
耳 鼻 咽 喉 科	9:00～12:00(8:30～11:00)				
婦 人 科	9:00～12:00(8:30～11:30)	13:00～17:00(12:30～16:30)		9:00～12:00(9:00～11:30)	
禁 煙 外 来		予約制			

ナビダイヤル開始のお知らせ

お取次ぎの混雑緩和のため、当院へのお電話は下記のナビダイヤル番号にお掛け頂きますようお願い致します。

●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 ☎0570-091-331・FAX 092-881-1333

(事業所個別番号) http://www.nishifukuhp.or.jp

広報誌『生きがい』の配付が不要な場合は配付を中止しますので、住所・電話番号をお知らせいただきますようお願い致します。