



日本医療機能評価機構認定病院



医療法人光洋会

赤間病院

広報誌 No.250

こうよう

2020年

3月

《理念》健康を守る様々な活動を通して地域の方々に必要とされ、信頼感を得て社会貢献することの出来る病院を目指します。

「こうよう」250号記念写真展を開催！

期間：2020年3月19日（木）～4月14日（火）当院1階ロビーにて



広報誌「こうよう」は、おかげさまで250号を迎えました。

そこで、2011年に開催しました「こうよう150号記念写真展」に続き、151号から現在に至るまでの表紙写真を一堂に展示します。診察や会計をお待ちの間に、ぜひご覧ください。

糖尿病の合併症について



糖尿病の合併症には、大きく分けて「細い血管が傷ついて起こる病気」と「太い血管が傷ついて起こる病気」があります。

細い血管の病気には、手足のしびれや感覚が鈍くなるなどの症状がみられる「糖尿病性神経障害」、腎臓の働きが悪くなる「糖尿病性腎症」、目の中の血管が傷ついて視力が落ちる「糖尿病性網膜症」があり、これらを糖尿病の「3大合併症」といいます。

太い血管の病気には、「脳卒中」や「心筋梗塞」などがあります。糖尿病の場合、「一度心筋梗塞を起こしたことがある人」と同じくらい心筋梗塞を起こしやすいというデータもあります。

ほかにも、肺炎や歯周病、皮膚炎なども起こりやすくなり、最近の研究では、がんや認知症とも関連があることがわかってきました。

健康診断で、糖尿病や糖尿病の疑いを指摘された方は、早めに医療機関を受診しましょう。当院では、専門の医師による糖尿病診療を行っています。詳しくは、本誌をご覧ください。

「+10（プラス・テン）から始めましょう！」

木々の緑が日ごとに色めく季節となりました。
こんな時期に新しいことを始めてみませんか？

今より10分多く身体を動かすだけで、死亡、高血圧、糖尿病、肥満、骨粗鬆症、結腸がんのリスクを3~4%減らせることがわかっています。

厚生労働省は、必要な身体活動量を提示していますので、簡単な運動をご紹介します。



1. テレビを見ながら
椅子の背もたれを持って
かかとの上げ下げ運動。
(又は座った状態でも可)



2. ラジオ体操をゆっくり
10分程度行う。



まずは無理のない範囲で10分から、身体を動かすことを始めてみませんか？

《3病棟 介護士 春田陽子 立石智加》

検査科だより

健診と検診の違いをご存じですか？

「けんしん」は、漢字で書くと2通りあります。

- ①**健診**は「健康診断」の略で、健康かどうかを診断するものです。

以下のように、いくつかの種類があります。

【**特定健診**】…平成20年から始まったいわゆるメタボ健診で40歳~74歳までが対象。

【**節目健診**】…肝炎ウイルス、骨粗しょう症、腹部エコーなど

【**後期高齢者健康診査**】…75歳以上が対象。

【**職場での健診**】…労働安全衛生法でその実施が定められている。事業主が費用を負担する。

【**学校での健診**】…学校保健法で定められている。

【**人間ドック**】…任意で受けるので費用は自己負担となる。

- ②**検診**は特定の検査を目的とするもので、以下のような種類があります。

【**がん検診**】…肺がん・結核、胃がん、大腸がん、子宮頸がん、乳がん(マンモ)、前立腺がん

【**歯科(歯周疾患)検診**】




自分自身が健康であることは、その人だけでなく周りの人たちの安心にもつながります。まただれかが病気になると家族などに心配をかけたり、負担がかかったりする事もあります。自分自身や周囲の人たちのためにも健診・検診を受け、病気の予防や早期発見に努めましょう。

クラブ活動で 脳に、心に、良い刺激を！

デイケアでは定期的にクラブ活動を実施しています。

活動を通して脳に刺激を与え、認知機能の維持・改善が期待できます。他者との交流の輪が広がり、会話も弾み、笑顔も多くみられます。

活動の中での「出来た！」という達成感が得られることで大きな自信となり、自立を促す効果も期待できるといわれています。

<p>絵手紙クラブ(毎月第一月曜日)</p> <p>季節の草花等を題材にして季節感ある素敵な絵手紙が出来上がります</p> 	<p>短歌クラブ(毎週火曜日)</p> <p>日々の出来事や季節を感じる思いを短い詩に込め、披露していただきます</p> 
<p>陶芸クラブ(2か月に1回)</p> <p>絵付け前の陶器に絵を描いていただき窯で焼き上げた後、お渡しとなります</p> 	<p>学習療法(毎日午後)</p> <p>国語や算数、社会等の問題に皆様集中し、真剣な表情で取り組まれています</p> 
<p>折紙クラブ(毎週土曜日)</p> <p>折りながら「昔を思い出すわ」等、会話も弾む時間となっています</p> 	

赤間病院デイケアセンター TEL(0940) 38-0590

介護福祉士 楠本 節子

糖尿病診療のご案内

当科では食事療法と運動療法を基本とし、病態に応じて薬物療法を行います。健康診断などで糖尿病や糖尿病の疑いと指摘された方は、お気軽にご相談ください。

《糖尿病内科》

	<p>診療日</p>	<p>月曜日・金曜日 午前9時～12時 木曜日 午後1時～5時</p>
	<p>担当医</p>	<p>姫野 利隆</p>
<p>専門領域</p>	<p>糖尿病</p>	

糖尿病教室のご案内

当院では糖尿病患者の皆様が快適な日常生活を過ごせるように、医師・管理栄養士・看護師などの医療スタッフがチームを組み、「糖尿病教室」を開催しております。

ご興味のある方は、どうぞお気軽にご参加ください。なお、「糖尿病教室」の開催日程等は、外来看護師までおたずねください。

院内教育発表会を行いました!



どうぞ、ご覧ください!



先月の2月20日、全職員で恒例の院内教育発表会を行いました。(写真)
発表内容は、3月中旬まで1階ロビー横に掲示していますので、どうぞご覧ください。

地域に貢献できる
お仕事です!

介護職員(看護部・在宅部)の募集



《募集職種》介護福祉士、介護士(介護士は資格や経験不問)
勤務日・勤務時間については応相談

《福利厚生》健康保険 雇用保険 厚生年金 労災保険 制服・シューズ 支給 保育所完備
※安心して働き続けられるよう子育て支援にも積極的に取り組んでいます。
短時間正職員制度も採用しています。

お問い合わせ先: TEL(0940)32-2206 (午前9時~午後5時 日祝日は除く)

担当: 看護部長 古川 在宅部長 田中

働き方や給与等についてのご質問、ご相談を随時受け付けております。

応募詳細は、当院ホームページにも掲載しております。→



赤間病院採用情報QRコード



医療法人光洋会 **赤間病院** TEL(0940)32-2206 FAX(0940)33-5957

- ★診療科目 内科 循環器内科 呼吸器内科 消化器内科 糖尿病内科 心療内科 整形外科
皮膚科 放射線科 リハビリテーション科
- ★診療時間 月曜~土曜 午前9時~12時 午後1時~5時(日祝日は休診) 当院は敷地内禁煙です
- ★受付時間 午前8時40分~11時45分 午後1時~5時
※急患の方は、夜間や日祝日も受け付けいたします。どうぞ、お電話のうえご来院ください。

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前	内科	○	○	○	○	○	
	循環器内科	三宅 陽		三宅 陽	三宅 陽	△三宅 陽	
	呼吸器内科	城戸優光	城戸優光	吉井千春	二階堂靖彦	城戸優光	*鳥井 亮 ☆畑 亮輔
	消化器内科		松永高志 竹山泰守	松岡弘樹	松永高志		志賀典子
	糖尿病内科	姫野利隆				姫野利隆	
	心療内科 整形外科 皮膚科 ペースメーカー外来		伊津野 巧 (心療内科)		安部治彦 (ペースメーカー外来)		△山中秀亮 ◇宇都 麗
午後	浦野 久	○ 喜多省太郎 (14時~17時)	松岡弘樹	姫野利隆	上野次郎	*三宅 陽 ☆松永高志	

○印は当日の診療科担当医師で行ないます。

ピンク色は女性医師です。 予約制

《診療日》△⇒第1・2・3・5週

*⇒第1・3・5週 ☆⇒第2・4週

△⇒整形外科午前11時半受付終了

◇⇒皮膚科第4土曜午前9時半~

地域医療連携室 TEL(0940)32-2304

居宅介護支援センターTEL(0940)32-5224

デイケアセンター TEL(0940)38-0590

訪問看護ステーション TEL(0940)32-3600

吉武・赤間・赤間西

地域包括支援センターTEL(0940)32-2235

《関連施設》

城山庵 TEL(0940)33-8966

つたがたけ TEL(0940)32-2261

城山之荘 TEL(0940)36-9004

