

《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。
・予防医療から慢性期医療、介護、福祉に至るまで、切れ目のないサービスを提供し、地域包括ケアの実現に努めます。

今回の 10 月号は・・・！

赤間病院「三宅 陽 院長」の **秋・冬**
写真特集号



多忙な業務の中、休日のお楽しみは趣味でもあるカメラを片手に『パシャリ！！！！』

総本山仁和寺(京都府京都市右京区)

紅葉・五重塔・舞妓さんとくれば、これぞ京都です。



豆知識

仁和寺（にんなじ）とは、888年に創建された真言宗御室派の総本山です。

鎌倉時代に隆盛したのち、応仁の乱でほとんどが焼失しましたが、1634年に徳川将軍家光の支援により再興されてます。境内には五重塔や二王門など、江戸時代に建立された歴史的な建造物が立ち並びます。

また、御室は桜の名所としても知られ、春の桜と秋の紅葉の時期は多くの参拝者でにぎわいます。

平成6年（1994年）に古都京都の文化財の1つとしてユネスコの「世界遺産」に登録され、新たな歴史を刻んでいます。

見た事もない形の雲に驚きました。



九州では見られない風景です。



白馬村の名前の由来は、「代掻き馬」（しろうま）が転じて「白馬」と呼ばれるようになったと言われています。当初「北城村」と「神城村」に分かれていましたが、一つの村になる時に「白馬村」という名前がつけました。

白馬村（長野県北安曇郡）



苗場山(新潟県南魚沼郡湯沢町三国)

自己満足の1枚です。

豆知識

新潟県と長野県の県境にまたがる苗場山は、「日本百名山」の一座としても知られる名山です。山頂付近に広がる約4キロ四方にもおよぶ広大な湿原が特徴で、湿原には無数の池塘が点在し、シーズンには可憐な高山植物が咲き誇る。まさに雲上の楽園といえます。



毘沙門堂門跡(京都市山科区)

勅使門（ちやくしもん）前の紅葉も風情があります。



豆知識

毘沙門堂（びしゃもんどう）は、天台宗五箇室門跡のひとつで、大宝三年（703年）文武天皇の勅願によって創建され、寺名は七福神のひとつ毘沙門天を祀ることに由来しています。

当初は出雲路（現在の上京区）にあり、護法山出雲寺と称しましたが、たび重なる戦乱のなか、寛文五年（1665年）に山科に再建されました。

後西天皇の皇子公弁法親王が入寺し門跡寺院となり、ご本尊の毘沙門天は伝教大師のご自作、延暦寺根本中堂のご本尊薬師如来の余材で刻まれたと伝えられています。

2011年の「そうだ 京都、行こう。」キャンペーン 盛秋編で紹介されて以来、全国的にその名が知られる紅葉スポットになっています。

【紅葉の見どころ】

江戸時代初期に作庭された回遊式庭園「晩翠園」や勅使門前の石段の参道を覆う紅葉トンネルは壮観です。紅葉終盤には勅使門前の石段の参道は一面「敷き紅葉」になりこちらも見逃せない魅力です。

九州縦貫自動車道（福津市と宮若市の境界線付近）

ヘッドライトとテールランプが映っています。

冬ならではの光景で（日没時間と交通量の関係）、カメラのシャッターを

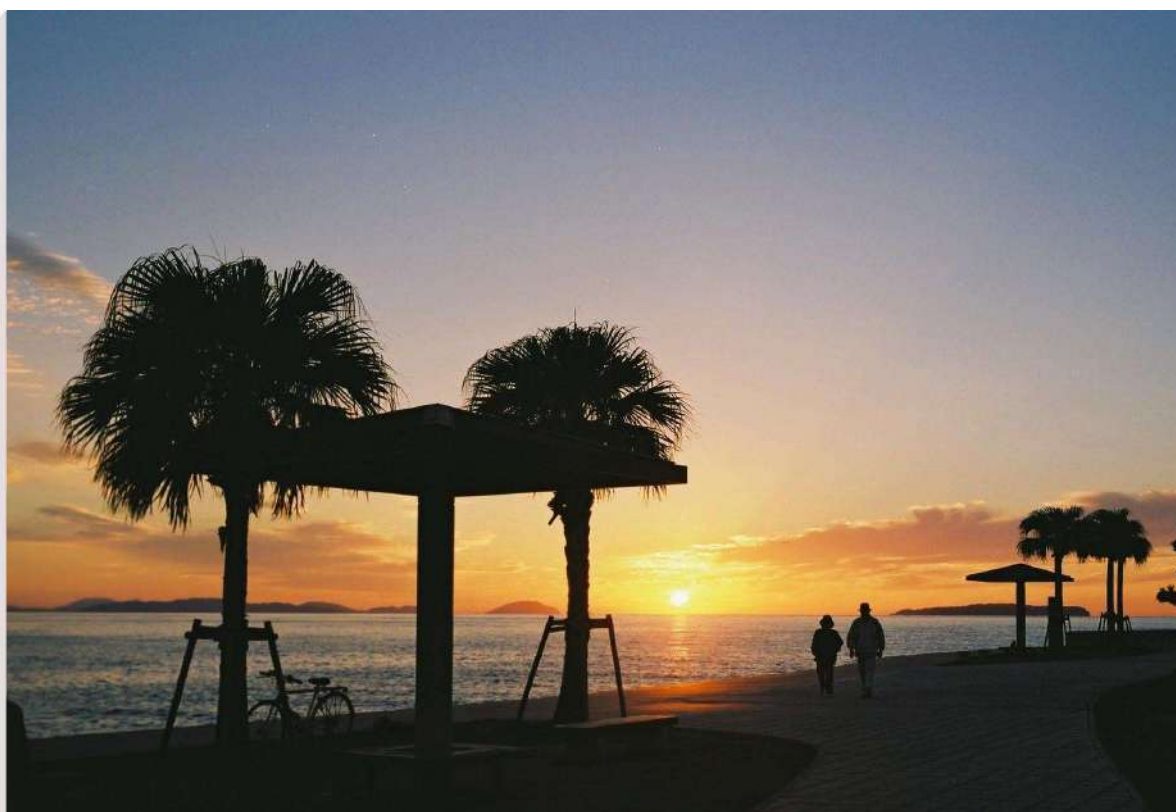
15
〜
20 秒間開放すると撮影できます。



福岡海岸（福岡県福津市）

秋空の夕日が素敵です。

秋・冬は空気が澄んでくるので写真撮影のベストシーズンです。



だるま太陽ができるまでの3分間



幻想的なだるま太陽

大雪翌日の澄んだ空気の夕焼けでした。



豆知識

だるま太陽はなぜ？

冷え込む秋から春にかけて見られるのが「だるま太陽」です。

海水と大気の間で温度差がある日、水平線に太陽が差し掛かると光の屈折によって海面にもう1つの太陽が映り込みます。その時、まるで“だるま”のように2つの太陽が重なって見える神秘的な現象が「だるま太陽」です。

※太陽が“だるま”になるのは夕日が海にかかる前のわずか3分間です。

だるま太陽が見られる条件は？

冷え込みが強まる必要があります。水は空気より温度が下がりにくい性質があるため、冷え込みが強まると海水温と大気の温度差が大きくなります。

もう一つの条件は、晴れることです。当たり前のようですが、これがなかなか難しく、上空は晴れていても水平線付近にだけ雲がかかってしまうことがあるからです。このため、神秘的な現象は、いつも見れるとはかぎらない貴重な夕日で「幸運の夕日」とも呼ばれています。

佐賀インターナショナルバルーンフェスタ (佐賀市嘉瀬川河川敷)

今年は、10月31日(木)から11月4日
(月・振休)の5日間で開催されます。

至近距離のバルーンは迫力があります。

開催期間中、長崎本線(鍋島駅～久保田駅間)に「バルーンさが駅」を臨時で開設し、特急列車・普通列車を臨時停車いたします。



夜間のライトアップも楽しめます。川に映り込むのは風のない事が条件です。

秋～冬の山野草

登山道脇に咲く山野草に、登山の疲れも癒されます。



熊本県庁プロムナード（熊本市中央区）

熊本県庁のエントランスに続くプロムナードには、イチヨウの木が54本植えられていて、11月下旬頃が見頃となっています。ちなみに54本は、肥後54万石にちなんだ数です。

イチヨウは地面一面に広がり、まるで黄色の絨毯のようになり、昼間は、子どもが葉っぱを集めたり楽しそうに遊んでいる風景に出合います。11月には、夜間ライトアップが開催され、昼間とは違った幻想的な景観を楽しむことができます。

幸せな時間にほっこり！



鳥居本（京都市右京区嵯峨）

山里の佇まい。

嵯峨野の最北、愛宕山のふもとが嵯峨鳥居本。

昔の町並みが残り、国の重要伝統的建造物群保存地区に指定されています。町並みの中ほどにあるのが千灯供養で知られる化野念仏寺は坂を上るにつれ、この寺を境に、瓦屋根の町家風民家から茅葺きの農家風民家の町並みへと変わっていきます。愛宕神社の一の鳥居前に建つ茅葺きの茶店の創業は江戸時代から続いているそうです。

第223回 いきいき会

体力維持に 努めましょう ～呼吸法と運動～

2024年11月6日(水)
11:30～12:00

参加費 無料

楽しく、毎日
続けられそうね

やってみると
意外と簡単！
一人で悩まず
気軽に相談を！
当日会場で
しっかり
お伝えします！

会場
医療法人光洋会 赤間病院
1階 リハビリ室

こんな方におすすめ

- ・運動したいけど息苦しいからやってない。
- ・1回の運動をすぐに止めないで少しでも長く持続させたい。

こんなことが学べます！

- ✓ 息切れを軽減させるコツ
- ✓ 継続できる運動
- ✓ 日頃から心掛けておく大切なこと

当日は、動きやすい服装でお越しください。

お問い合わせ
宗像市石丸1-6-7 ☎ 0940-32-2206

主催：医療法人光洋会 赤間病院 HOT委員会

お知らせ

～料金・接種日時について～

【インフルエンザ】

- 接種開始日：10月1日(火)※予約制
- 接種時間：14:00～15:00(月曜日～金曜日 ※祝日除く)
- 費用：65歳以上(公費)の方 1,400円
65歳未満の方 4,790円

※予防接種費用免除につきましては、地域ごとに異なります。
お住まいの市町村のホームページ等でご確認ください。

【新型コロナウイルスワクチン】

- 接種開始日：10月1日(火)※予約制
- 接種時間：14:30～15:30(月曜日～金曜日 ※祝日除く)
- 費用：65歳以上(公費)の方 3,200円
65歳未満の方 15,884円

※接種日当日に、65歳以上の方、60歳以上65歳未満の方で心臓、腎臓、呼吸器の機能障害か、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫の機能障害で身体障害者手帳1級の方は、公費対象(接種時に、身体障害者手帳の提示が必要)

※同時接種も可能です。

☆ご予約・お問合せは
医療法人光洋会 赤間病院
TEL (0940) 32-2206
《予約受付時間》午前9時～午後5時(日・祝日は休み)

医療法人光洋会 赤間病院 TEL (0940) 32-2206

★診療科目 呼吸器内科 循環器内科 消化器内科 糖尿病内科 内科 心療内科 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30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	呼吸器内科	吉井 千春	吉井 千春	城戸 優光	千葉 要祐	吉井 千春
	循環器内科	三宅 陽 浦野 久(2・4週)		三宅 陽	三宅 陽	三宅 陽 (1・2・3・5週)
	消化器内科		松永 高志 竹山 泰守	松元 慶亮	松永 高志	樋口 徹(2週) 中嶋 美香(3週) 仁田 智紀(4週) 松元 慶亮(5週)
	糖尿病内科	高橋 弘幸				高橋 弘幸 (4週)
	内科	○	○	○	○	○
	心療内科		末松 孝文 (診療内科)【予約制】			
午後	浦野 久 (内科・循環器内科)	清水 少一 (内科)	松元 慶亮 (内科・消化器内科)	高橋 弘幸 (内科・循環器内科) 國友 祐希 (心臓血管外科 2階～5階)	蒔田 大樹 (腎臓内科)	三宅 陽(1・5週) 吉井 千春(3週) 松永 高志(2・4週)

○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。

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
 赤間病院介護医療院 TEL (0940) 39-3870

《関連施設》
 城山庵 TEL (0940) 33-8966
 城山之荘 TEL (0940) 36-9004

