

《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。



《 氷結した御池湖畔（くじゅう連山） 撮影：三宅 陽 》

生活習慣病の健診はなぜ必要なのか

生活習慣病健診は、症状がほとんど現れない病気を早期に発見するために欠かせません。病気の中には、発熱や痛みなど分かりやすい症状が出るものもありますが、糖尿病や高血圧、脂質異常症といった生活習慣病は、初期には自覚症状がほとんどなく、知らないうちに進行していきます。そのため受診のきっかけを逃し、気づいたときには病状が進んでいることも少なくありません。

生活習慣病は、動脈硬化を進め、心筋梗塞や脳梗塞など命に関わる病気の原因となります。これらは突然発症したように見えますが、実際には長年にわたる血圧や血糖の異常が背景にあります。健診では、こうした変化を症状が出る前に把握することができます。

健診の目的は、病気を早期に発見するだけでなく、将来の発症リスクを知り、生活習慣を見直すきっかけをつくることです。早い段階であれば、食事や運動などの改善や適切な治療により、進行を防ぐことが可能です。「知らないまま」過ごすより、健診で現状を知り、健康を守る一歩を踏み出しましょう。

冬の体調管理と健康への気配り！

2月は節分の季節です。節分には、「季節の変わり目に体調を崩さないように」という願いが込められているといわれています。

1年の中でも寒さが厳しいこの時期は、体調を崩しやすく、日々の体調管理がとても大切になります。

寒さにより血圧が変動しやすくなったり、インフルエンザなどの呼吸器の感染症が増えたりする時期でもあります。また、空気が乾燥することで、喉や気道の働きが弱まり、感染症にかかりやすくなることも知られています。

寒い季節は、外出や体を動かす機会が少なくなり、食欲や睡眠のリズムが乱れやすくなります。特に高齢の方では、発熱や咳といった分かりやすい症状が出にくく、「いつもより元気がない」「食事の量が減っている」といった小さな変化が、体調不良のサインとなることがあります。

寒い日が続きますが、体調の変化を見逃さず、穏やかに冬を乗り越えましょう。



介護医療院 看護師 中島 友里

放射線科だより

エックス線撮影時のお願い

検査のお呼び出しさせて頂いた時に「撮影部位にボタン、金属、プラスチックなどがががないようにして下さい」とお声掛けさせていただいています。

また冬時期には「使い捨てカイロ」も使用してある方が多いようですのでこれも外していただくようお願いしています。

その理由は、検査部位にそれらが写り込んで診断の障害になるからです。

女性の場合ブラジャーのホックやワイヤー、キャミソールなどに付いているアジャスターも写ってしまいますので、その場合はご用意しております検査着にお着換えください。

無用な被ばくにもつながりますのご不明点がございましたら、お気軽に病院スタッフまでお声掛けください。



うがいの効果

うがいの効果を理解し、うがいを習慣化しましょう！

1. 風邪予防：京都大学の研究によると、水でのうがいを行ったグループでは、うがいをしないグループに比べ、風邪の発症率が40%低下したことが確認されています。
2. 物理的洗浄効果：うがいは、口腔や喉に付着したウイルスや細菌を物理的に除去する効果があります。
3. 口腔内の健康維持：うがいは、口臭の原因となる細菌や食べカスを洗い流す効果もあります。

正しいうがい方法！

うがいを行う際は、まず口の中を軽く洗い流し、その後新しい水でガラガラうがいを行いましょう。うがいは1日数回、帰宅後、食後、口の中が乾いたときなどに行いましょう。



※正しい方法でうがいを行うことで、感染リスクを大幅に減少させることが期待できます。したがって、日常的にうがいを取り入れましょう。

訪問看護

新任医師 紹介



診療日：金曜日(午後の診察)
出身大学：島根大学
医局：産業医科大学 第2内科
専門領域：循環器内科
趣味：JAZZ・数学

最近の関心ごと：左室拡張機能

循環器内科 稗田 道成



診療日：木曜日(第1・3木曜日)
出身大学：長崎大学
医局：九州大学病態制御内科
専門領域：肝臓・消化器
趣味：テニス

最近の関心ごと：子供と遊ぶこと

消化器内科 森田 祐輔

～赤間病院からのお知らせ～

第232回 ひな祭り会

みんなで楽しもう

楽しいゲームと歌

開催日：2026年3月4日（水）

時間：11:00～11:30（開場10時45分）

会場：赤間病院4階会議室

明るく親しみやすい雰囲気です

お問い合わせ：宗像市石丸1-6-7 赤間病院 ☎0940-32-2206（代）HOT委員会

2/27(金)

赤間病院前にキッチンカーがくるよ

オムモコ OMU MOCO Original Okinawa Sesu Miso 1000 yen 1100 yen	温玉つくね丼 Chicken and pork meat rice bowl 700 yen 300 yen	チキこぼ丼 Chicken and pork meat rice bowl 700 yen 300 yen
---	--	---

混雑緩和のため、お電話またはInstagramのDMにて前日までにご予約いただいたお客様を優先してご案内させていただきます。
ご予約の際は、恐れ入りますが下記の内容をお知らせください。

- ・お受け取り希望のお時間
- ・お名前
- ・ご注文内容および個数

お電話、またはInstagramのDMにてお気軽にご連絡ください。
皆さまのご理解とご協力を賜りますよう、よろしく申し上げます。

ひよこのキッチンカー
TEL: 090-4348-5782 販売時間: 10:00～14:00
Instagram @hiyoko.kitchencar ※売り切れ次第終了!

2/27(金)

赤間病院前にキッチンカーがくるよ

original churros
"Saku Fuwa" Churros Factory
by 赤間病院 様

米粉 たこ焼き
700円
(原価 ¥650円)

ポテト
¥400

Hot Coffee
300円

たこ焼きたこせん 販売時間: 10:00～14:00 TAKOZEN
※売り切れ次第終了!

朝市マルシェ

2026年2月2日・16日（月曜日）



時間 9:00～10:00

会場：赤間病院 受付付近

出店者：みきふあ～む



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～4時45分

※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	城戸 優光	大平 秀典	松永 崇史 (1・3・5週) 藤原 秀樹 (2・4週)	木戸川 萌
	循環器内科	三宅 陽	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 森田 祐輔 (1・3週)		柯 鈴瑠(1週) 中野 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	高橋 弘幸 (4週)
	内科	浦野 久	○	○	○	○
	心療内科		末松 孝文 (心療内科)【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・糖尿病内科) 早麻 政斗 (心臓血管外科) 午後2時～5時	御田 道成 (循環器内科) 吉井 千春 (呼吸器内科) (再診予約のみ)	三宅 陽 (1・3・5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。
消化器内科の土曜日(第1週)の担当医は、ホームページにてご確認ください。

地域医療連携室 TEL(0940) 32-2304
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

