



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.327

こうよう

2026 年
8 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。
- ・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。



《響灘の恵み 鯛 80cm を見事に釣り上げる（響灘沖合） 撮影：鹿島 由紀子》

見守りサービスで支える安心な暮らし

少子高齢化が進むなか、高齢者が住み慣れた地域や自宅で安心して暮らし続けるための取り組みとして、「見守りサービス」が注目されています。見守りサービスとは、センサーや通信技術を活用して高齢者の生活状況や安全を確認する仕組みです。

見守りサービスにはさまざまな種類があります。GPS を利用して位置情報を確認し、徘徊時の早期発見につなげるものや、施設や自宅の出入りを検知するセンサーを用いたものがあります。また、ベッドに設置した圧力センサーで離床や転落を感知したり、室内に設置した赤外線センサーや画像センサーで転倒を検知したりするサービスも普及しています。

近年では、IoT モノのインターネットや AI 人工知能を活用した「スマートホーム」の普及により、見守り機能はさらに進化しています。室内の温度や湿度を測定し、その情報を離れて暮らす家族へ送信することで、熱中症予防や体調管理に役立てることができます。また、異常を察知した際には家族へ通知が送られ、迅速な対応につなげることも可能です。

見守りサービスは、高齢者の安全確保だけでなく、自立した生活の継続や家族の安心にも大きく貢献します。今後も技術の発展により、より便利で身近な見守りサービスが広がり、高齢者とその家族を支える重要な役割を担っていくことが期待されています。

熱中症を予防して元気な

夏を過ごしましょう



暑さが厳しい季節になりました。毎年、熱中症によって救急搬送される方が多くなります。熱中症は屋外だけでなく、自宅の室内でも起こるため、年齢を問わず注意が必要です。

特に高齢者は暑さや喉の渇きを感じにくくなるため、気付かないうちに脱水状態になっていることがあります。

熱中症が疑われたら

めまい、立ちくらみ、頭痛、吐き気、体のだるさなどの症状があれば、すぐに涼しい場所へ移動し、衣服をゆるめて体を冷やしましょう。

水分や塩分を補給しても症状が改善しない場合や、意識がはっきりしない場合は、速やかに医療機関を受診してください。

熱中症は、日頃の心掛けで予防できる病気です。暑い夏を元気に過ごせるよう、ご自身やご家族で声を掛け合いながら、こまめな水分補給と暑さ対策を心掛けましょう。



こうなる前に！

熱中症を防ぐポイント！

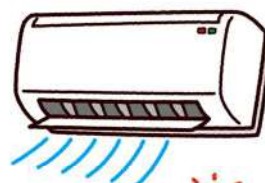
・こまめに水分を補給しましょう。

喉が渇く前から、少しずつ水やお茶を飲む習慣をつけましょう。大量に汗をかいた時には、スポーツドリンクや経口補水液を活用することも有効です。



・エアコンを上手に利用しましょう。

「もったいないから」と我慢せず、室温は28℃を目安に、扇風機も併用して快適な環境を保ちましょう。



・外出時は暑さを避けましょう。

日中の暑い時間帯を避け、帽子や日傘を活用し、通気性の良い服装を心掛けましょう。



・十分な睡眠とバランスの良い食事をとりましょう。

体調が優れない時は熱中症になりやすくなります。毎日の生活リズムを整えることも大切です。



水分補給の基本は食事から ～規則正しい生活を～



私たちのからだの大部分を占めている物質は水分であり、成人では体重の6割を占めます。
水分は体内のいらなくなったものを体の外へ排出したり、体温を調節したりする役割があります。特に暑い時期には、水分が不足しないように気を付けましょう。
(※病態によっては水分を制限する場合があります。)

熱中症対策として「規則正しい生活」が基本となります。



◆水分補給の基本は食事から

日常生活の中では、食事からの水分補給は意識していないかもしれませんが、食事の中には多くの水分が含まれており、食事をしっかり摂っておくことも大切です。特に夏場は、食事の「量」も落とさないことが重要です。水ばかり飲んでも身になりません。水分を「食事」と一緒にとることで身体がつくられます。

●ご飯（茶碗1杯約150g）には90mLの水分が含まれています。



◆アルコール飲料だけでは水分補給にならない

ビールなどのアルコール飲料は、利尿作用があり、飲んだ以上の水分が体内から出ていきます。

●ビールを1リットル飲むと1.1リットルの水分が失われます。



お知らせ

8/28（金）は赤間病院前にキッチンカーが登場！

●出展者：Merry

●みねハンバーグ



出店時間：10：00～14：00

出店場所：正面玄関付近

お盆期間中の外来診療

8月	11日 (火)	12日 (水)	13日 (木)	14日 (金)	15日 (土)	16日 (日)
	休診	診療	診療	休診	診療	休診

上記の期間以外は、通常通り月曜～土曜まで診療いたします。（日曜・祝日は休診）
急患の方は、休診中も受け付けますのでどうぞ、お電話のうえご来院ください。

赤間病院 Tel(0940) 32-2206

※夜間・日曜・祝日等におけるコロナの検査は対応できません。

在宅部だより 『少し気になる...』が相談のタイミングです。

昨今ではスマートフォンを利用した消費者トラブルや投資詐欺が増えています。
身に覚えのないことや誰でも簡単にできるような儲け話には特に注意が必要です。

こんな連絡が来たら注意しましょう

- ・「荷物をお届けしました」とSMS（メール）が届き、URLを開くように促される
- ・「未払い料金があります」と慌てさせ、お金を振り込ませる
- ・「必ずもうかる」「今だけ」「〇〇さん（有名人）もやっています」などと投資を勧められる

自分は大丈夫、と思っていても誰でも被害にあう可能性があります。

少しでも「おかしいな」「不安だな」と感じたら、一人で判断せず家族や身近な人、消費者ホットラインや最寄りの消費生活センター等、相談機関へご相談ください。

早めの相談が皆様の大切な財産と安心した暮らしを守ることにつながります。

- ・消費者ホットライン 188（いやや！）
- ・宗像市消費生活センター 0940-33-5454
- ・吉武・赤間・赤間西地域包括支援センター 0940-32-2235



吉武・赤間・赤間西地域包括支援センター
大宮



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	下田 照文	城戸 優光	太平 秀典	前田 幸則 (午前9時30分～)	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	前田 拓	松永 高志 森田 祐輔 (1・3週)		前田 幸則(1・5週) 堀田 祥(2週) 中嶋 英幸(3週) 仁田 博 智(4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)	前田 拓 (内科・消化器内科)	高橋 弘幸 (内科・循環器内科) 早麻 政斗 (心臓血管外科) 午後2時～5時 (予約制)	中原 脩 (循環器内科) 前田 幸則 (呼吸器内科) 午後1時～4時 (予約制)	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

