

2022 冬号
vol. 125
広報誌

躍進

やくしん

題字：前理事長 嶋田 國重

新年号

特集

シマダ在宅支援センター
オープン



フォローお願いします。





あけましておめでとうございます。今年の元日は数年ぶりに天気が良く、初日の出を拝むことができました。病院の屋上から見える街の風景は、早朝、それぞれの家に電気が付き、その中でそれぞれの人が、それぞれの気持ちを胸に新年を迎えている感じが伝わり、今年もまた素晴らしい一年にしたいという気持ちが湧いてきました。

この2年間、世界中を騒がせた新型コロナウイルス感染症は、日本では昨年の秋から急速に減少傾向となり普通の生活が戻りつつありました。残念なことに新種の変異株(オミクロン株)の発生により、海外では従来をしのぐ勢いで感染者が増加しました。日本では、日本人の国民性のおかげで標準予防策が徹底され、また国の水際対策もしっかりととられていたため、海外に比べはるかに感染者数が少ない状況が続いていました。しかし、年末年始にかけ残念なことに日本でも再度感染者が増加傾向となってきました。今後はさらに感染者が増えることが予想され、私たちは決して油断をせず注意していかねばなりません。今までとは違い、新型コロナウイルス感染症が発生して2年間、世界中で様々なこの新しいウイルスに対する知見が得られ、ワクチンの開発、接種、

そして新たな治療薬の開発もなされ、新型コロナウイルスに対する私たちの対抗手段も今までのような、自粛自粛といった防戦一方のものではなくなってきました。もちろん一人ひとりの予防策の徹底は必要であり油断することはできませんが、普段どおりに近い生活の中で新型コロナウイルスと向き合っていくことも可能であり必要かと思っています。

我が国はまさに高齢化社会に入っています。世の中が変われば、そこでの生活様式も変わっていくのと同様、私たち医療従事者は高齢化社会にふさわしい医療の在り方を考え実践していかなければなりません。

私たち嶋田病院は今年創立60周年を迎えます。先人が掲げた「世の中がいかにな変わろうとも医療に課せられた使命は変わらない」との信念のもとに、これまで支えていただいた地域住民の方々に感謝しつつ、そして先輩職員が築き上げてきた歴史を誇りに、これからも、全職員が力を合わせ「地域住民の方々が安心して暮らしていける」医療の実践に努めてまいります。

令和4年1月

嶋田昇一郎



謹んで新春のお慶びを申し上げます。

2021年は新型コロナウイルス感染流行の中で、いろんなことがありました。

感染流行の厳しい中、東京オリンピック・パラリンピックが開催されました。開催にあたっては様々な意見があるようでしたが、大規模イベントをおこなうために知恵を出し、日々状況が変化する中対応した関係者に敬意を持ちます。

たびたび発出される緊急事態宣言やまん延防止等重点措置はありましたが、諸外国のような厳しい都市封鎖のような対応をおこなわずに感染の波を乗り越えることができました。先の震災や災害の時も感じましたが、改めて日本人のまじめさや周囲を気遣う国民性の良さが出たのではないかと思います。

2021年10月頃から年末にかけて流行が落ち着いていました。しかし、2022年はさっそく新たな株の流行が懸念されています。流行拡大の有無にかかわらず、嶋田病院は地域の人たちの健康と命を守ることを使命として業務を遂行していきます。日本対がん協会が行った調査では、2019年と2020年を比べると、胃がんの診断が13.4%減少しており、大腸がんは10.2%、肺がんは6.4%減少していたそうです。診断されたがんのうち、進行がんの数はあまり変化なく、早期がんの診断が特に減少していることがわかりました。今まで診断して根治ができていた早期がんが見つかっていないと考えられ、今後進行

がんでの診断が増えることが心配されています。私たちは、この地域から一人でも進行がんで見つかる人を減らしていきたいと考え、今後も活動をしてまいります。

2020年から2021年に起きた社会変化は、年齢を問わずさまざまな影響を与えています。もしかしたら持病のコントロールが良くなる人、悪くなる人がいるかもしれません。気持ちが安定する人もいれば、精神的に負担がかかる人もいることでしょう。流行前のやり方が生活や仕事が時にそぐわなくなった時、「何のために」や「なぜ」などの根っこを見直して、「どうしたらよいか」を考えていく必要があります。私たちの病院も、継続してやるべきこと、社会とともに変化するべきところ、本当に大切にしなければならないことをよく考え、地域の皆様と歩んでまいります。

話は変わりますが、小郡三井医師会のホームページの「病気と健康の話」に「緩和ケアについて知っていただきたいこと」を寄稿させていただきました。ご興味があればご一読いただければ幸いです。

最後になりましたが、皆様にとってより善き一年になりますよう祈念致します。

2022年、今年もよろしくお願いいたします。

令和4年1月

西村 一 宣



シマダ在宅支援センター

令和3年12月20日 シマダ在宅支援センターが稼働

シマダ在宅支援センターとは

在宅で医療・介護が必要な方に対しスムーズに支援が出来るように必要な事業所を一箇所にまとめ連携をしやすいようにしました。今後、小郡市・大刀洗町でも高齢者割合は増えていく予想です。今までの体制ではなく、将来を見据えて事業所を大きくし皆さまが安心して暮らしていけるようにこれからも地域に貢献していきます。



小郡市南地区地域包括支援センター シマダ
地域包括支援センター



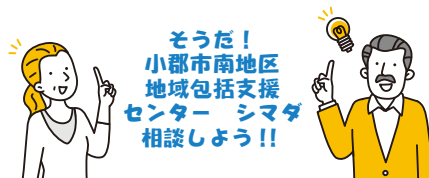
ハートフルシマダ訪問看護ステーション
訪問看護・訪問リハビリ



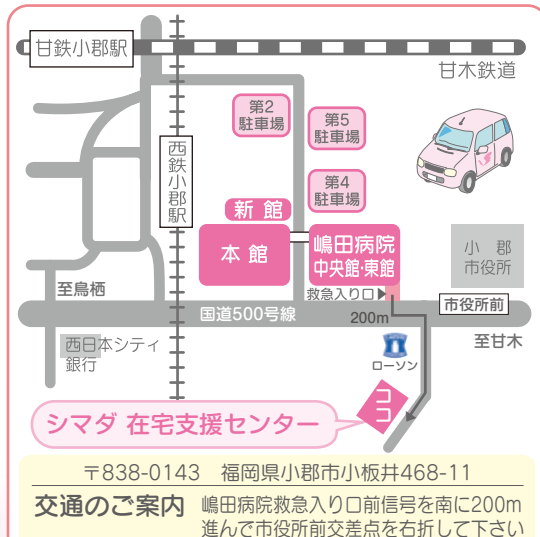
シマダ ケアプランセンター
居宅介護支援



シマダ訪問介護ステーション
介護支援



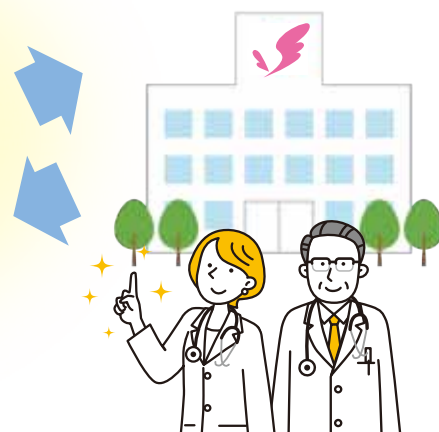
そうだ！
小郡市南地区
地域包括支援
センター シマダ
相談しよう！！





相談

嶋田病院



小郡市南地区地域包括支援センター シマダ



「医療や介護が必要な状態になっても、可能な限り住み慣れた地域でその有する能力に応じ、医療・介護・予防・住まい・生活支援が包括的に自立した生活続けることができるよう支援します。」



こんにちは。
小郡市南地区地域
包括支援センター
シマダ
管理者の
天本です。

小郡市には3箇所の地域包括支援センターシマダがあります。地域包括支援センターシマダは地域にお住まいの高齢者やそのご家族の、介護・医療・福祉など困りごとに対応する相談窓口です。気軽にお電話ください。皆さんが地域で安心して生活できるよう、お手伝いします。

お問い合わせ ☎ 0942-23-8666

ハートフルシマダ 訪問看護ステーション



こんにちは。
ハートフル
シマダ訪問看護
ステーション
管理者の
矢野です。

訪問看護とは、病気や障害をもった人が住み慣れた地域で、その人らしい生活が送れるよう、ご自宅を訪問してケアなどを提供するサービスです。ご自宅でその人らしく過ごせる形を利用者やご家族と共に探していくことが私たちの役割と考えています。

お問い合わせ ☎ 0942-23-8180

シマダ ケアプランセンター



こんにちは。
シマダ
ケアプラン
センター
管理者の
大浦です。

皆様、こんにちは。私たちケアマネジャーは、要介護状態になられた方、そのご家族の望む暮らしの実現に向け、一緒に考え共に支援をして参ります。

介護に困ったら、是非、シマダケアプランセンターにご相談下さい。

お問い合わせ ☎ 0942-41-2877

シマダ 訪問介護 ステーション



こんにちは。
シマダ訪問介護
ステーション
管理者の
田中です。

現在は、住宅型有料老人ホームを中心に訪問介護を行っております。

社会医療法人シマダで介護の専門事業所としては初めての設立になります。

今後は仲間を集め地域に貢献できる事業所に育てていきます。

在宅での訪問介護でお手伝いさせていただき、生活の質が向上するような支援を行っていきます。

お問い合わせ ☎ 0942-23-8601

my home town ,
my home doctor
マイ ホーム タウン、マイ ホーム ドクター

私たちの町の施設紹介

くつろぎこころの クリニック

院長 脇元 隆次先生

〒838-0103

福岡県小郡市三国が丘1-50

アフレル三国が丘ビル1-02

Tel:0942-27-9261 Fax:0942-27-9981

診療科目/精神科 心療内科

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	/
14:00~17:00	/	○	○	○	○	/	/

(主に午前:外来 午後:訪問診療)

休診日/月曜午後、土曜午後、日曜、祝日

貴院の紹介をお願いします

本間病院に約3年間勤務し、嶋田病院には連携面で大変お世話になりました。より地域に密着した治療を行いたいと一念発起して令和3年9月に三国が丘駅東口そばで開業いたしました。

私自身はこれまで福岡病院や琉球病院、そして本間病院で主に研鑽を積んできました。統合失調症や躁うつ病、認知症、適応障害などを満遍なく診てきたつもりです。

午前は精神科の一般外来を行い、午後は主に認知症を対象とした訪問診療を行っています。一般外来では16歳以上を対象に精神科領域全般に対応しています。訪問診療では主治医、副主治医いずれの立場でも対応しています。せん妄やBPSDなどでお困りの際にはぜひお声かけください。

先生の趣味・特技は？

30歳をすぎてマラソンを始め、今ではトレイルランニングを楽しんでいます。沖縄在住の頃はトライアスロンにも挑戦して宮古島の大会に出場しました。

大人から始めたバイオリンの練習も細々と続けています。



脇元 隆次 院長

自宅でできる！オススメ筋トレメニュー

日々の生活の合間にちょっとした運動を行うことで筋力の低下を防ぎ、動きやすい体作りを行います。

今回は、首と肩のストレッチをご紹介します。

ストレッチの効果 ◆ 姿勢改善 ◆ けがの予防 ◆ リラックスができる

肩をすくませ運動



両肩を上上げて



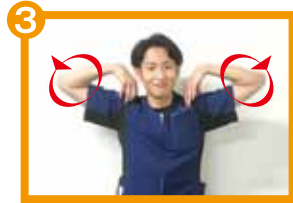
ストンと下へ落とす

肩・首の疲れをとる運動

肩回し運動（前回し、後ろ回し）



両手を肩に置いて



両肘を左右に広げる

慣れたら、前回し後ろ回し、交互にがんばりましょう



肘を前に出しながら

今回は、椅子に座っても出来る運動です。

肩甲骨運動



両手を前に投げ出し



後ろに肘を回します

1 セット5回を目安に
1日2回を目標に行いましょう！

※息を止めずにゆっくり行いましょう。
※痛みがある場合は無理をせず運動を控えましょう。
※首や肩、腕に疾患のある方は医師に相談し行うようにしてください。

シマダのチカラ

「シマダのチカラ」では嶋田病院を支えるスタッフを紹介していきます。

第15回

ケアプランセンターで活躍している
土橋 由貴子さんにインタビューしました。



土橋さんはどういう仕事を
されているのでしょうか？

介護支援専門員です。
要介護者の方が在宅生活を送るうえで
必要な介護保険サービスの調整を行います。

Profile

土橋 由貴子さん
(どばし ゆきこ)

出身地 長崎県南高来郡 (現在は南島原市)

勤務年数 10年9ヶ月

(緩和ケア3年 → 訪問看護7年 → ケアプラン9ヶ月)

趣味・特技・休日に行っていること

休日は3匹のネコとのんびりしています。



土橋さんの1日のスケジュールを教えてください。

- ④ 8:20 ~ 出勤
- ④ 8:30 ~ スケジュール調整 (配車)
- ④ 9:00 ~ モニタリング (自宅訪問)
- ④ 11:00 ~ 受診同行 (かかりつけ医と面談)
- ④ 13:00 ~ 書類作成
- ④ 14:00 ~ 病棟で入院した利用者さんと面会
- ④ 15:00 ~ サービス担当者会議
- ④ 16:00 ~ 書類作成
- ④ 17:00 ~ 業務終了



業務を行うにあたりこういったことに 気をつけていますか？

ハートフルシマダ訪問看護から昨年2月に異動しました。病院から
支援依頼も数多くあります。

医療チームとの連携を行い、タイムリーなサービス提供に心がけて
います。

今後の目標を教えてください。

8050[※] 問題などに対応できるケアマネとして自己研鑽して
参ります。

12月にシマダ在宅支援センターが移転しました。どうぞ、
センターを覗いてみて下さい。よろしくお願いします。

※8050問題とは、親80歳・子供50歳で特に子供が何らかの理由で働く事が出来ず、親の年金で生活してる人たちを指します。

旬の食材 献立特集

旬の美味しい食材をつかったおすすめレシピ

甘味やうま味を蓄えた旬の食材を美味しく食べるレシピを紹介！



栄養量
1人あたり
143 kcal
塩分0.7g

旬の鮭で栄養満点！
➡ 鮭の鍋照り

材料

4人分

- 生鮭 4切れ
- 小麦粉 大さじ1.5
- 植物油 大さじ1
- オイスターソース・小さじ1弱
- 豆板醤 小さじ1/2
- 濃口醤油 大さじ1/2
- 酒 大さじ1/2
- 砂糖 小さじ1/2
- 鶏ガラスープの素・小さじ1/3

作り方

- ① 鮭に小麦粉をはたき、調味料はすべて混ぜ合わせておく。
- ② フライパンに油をひき、鮭を両面、焼き色がつく程度に焼く。
- ③ 混ぜ合わせたAを加えて鮭に絡めながら焦げないように焼きあげる。



栄養量
1人あたり
27 kcal
塩分0.3g

血糖値上昇を緩和する酢の物
➡ かぶのサラダ

材料

4人分

- かぶ 中1個
 - 玉ねぎ 小1/4個
 - パセリ 適量
 - 酢 大さじ1
 - 塩こしょう 少々
 - 植物油 小さじ2
- (市販のマリネドレッシングでも代用可)

作り方

- ① かぶは皮をむいて薄くスライスする。
- ② 玉ねぎ、パセリはみじん切りにし、晒して絞る。
- ③ ①②をAで混ぜ合わせる。



心臓健康測定

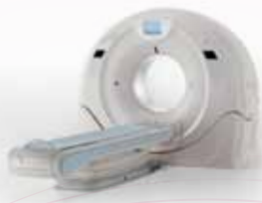
日本循環器学会認定 循環器専門医監修

心臓血管のつまり・リスクを判断して
心臓疾患の予防に努めませんか？

心臓健康測定

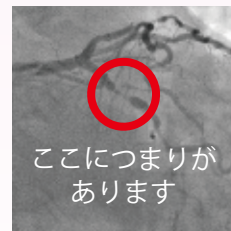
CTカルシウムスコア測定

4,400円(税込)



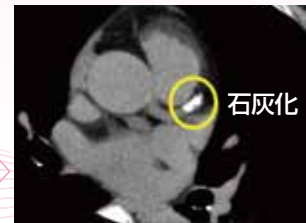
こんな方は要注意!!

- ・高血圧の方
- ・コレステロールが高い方
- ・喫煙をされている方
- ・糖尿病の方
- ・肥満の方
- ・ご家族に心疾患が居た方



ここにつまりが
あります

冠動脈の石灰化を
CTにて撮影し
数値化します。



石灰化

CTカルシウム
スコア測定の
検査画像

御希望される方は循環器内科専門医による結果説明あり(対面・電話)



心臓健康測定 プラス

(カルシウムスコア測定、
内臓脂肪測定、血液検査、
吹田スコア)

7,700円(税込)

心臓健康測定に加え、内臓脂肪測定や心疾患のリスク
判定に有効な特別な指標を血液検査を行い実施します

- 完全予約制 -

☎0942-72-2375 月~土曜日
14時~17時の間にお掛け下さい

ネット予約: 嶋田病院 健診



社会医療法人シマダ

アキュア

健診センター AQUA



ネット問診について(人工知能)



昨年よりタブレットや患者さんのスマートフォンを
利用したネットシステム(AI問診)を導入しました。
これにより患者さんの待ち時間や診療時間の短縮が
期待できます。また、来院前にもホームページ上から問
診が可能です。ぜひご協力のほどよろしくお願い致し
ます。



来院前問診は
コチラから

診療実績	2021年9月	2021年10月	2021年11月
新入院患者数	295人	275人	257人
救急車搬入数	184人	209人	200人
初診紹介数	346人	512人	484人
紹介率	71.2%	72.5%	80.1%
平均在院日数	8.6日	9.1日	10.8日



病院理念

1. 地域住民の方々が安心して暮らしていけるよう、広域の医療機関と連携し、質の高い医療を提供することにより社会貢献していきます。
2. 職員が物心両面において満足感と幸福感を持てる病院をめざします。

基本方針

1. 救急医療
2. 住民の健康管理
3. 地域連携
4. 自己研鑽

【編集後記】



明けましておめでとうございます。今年の特集は在宅支援センターでした。

12月19日に引っ越し作業を終え、20日より無事に稼働を行うことが出来ました。

全国的にも超高齢化時代に突入しつつあり、小郡・三井地区も例外ではありません。病院のベッド数も限られている中で、どのように高齢者医療・介護に向き合うかを数年前から考え在宅部門の規模を大きくしてきました。今回の在宅支援センター開設もその一環です。

この在宅支援センターが在宅医療・介護の中心になれるように精進していきます。今後も皆さまの温かいご支援よろしくお願い申し上げます。[編集/広報委員 本間 翼]