

患者さんと奏でる 医療のハーモニー

Yokane・よかね^ね音

久留米大学医療センター

私達の理念 一心が通い信頼される医療

2022
Winter
No.6



ソーシャルディスタンス × × × 離れていても「心」はクロス



皆さまにとって「よかね！～Yokane～」と
思っただけの病院を目指しています。

新年のご挨拶



病院長
大川 孝浩

未来へ ー継続を力にー

年頭にあたり、新年のご挨拶とともに、迎春のお喜びを申し上げます。

昨年は、新型コロナウイルス（COVID-19）関連につきましては、一昨年を大きく上回る波に対応を余儀なくされた1年でした。このコロナ対応につきましても、「地域に根付いた、特色ある大学附属病院」そのままに、いままで以上に即断、早決、即時行動が求められてきました。コロナ入院患者対応では、久留米市内では最多の中和抗体カクテル療法の実施を積極的に行い、また、市自治体からの要請を受け継続実施しています地域外来・PCRセンターでは、小児の受け入れにおいても中心的役割を果たしてきました。全職員の協力と献身的な努力に感謝するとともに、ご協力いただいております医療機関を中心とした地域自治体組織の皆様にも心から感謝申し上げます。

この1年ごと、1波ごとの経験こそが、間違いなく、いつかは沈静化するであろうこの難局を打破する明るい材料となると信じています。この皆の強い力の継続が、「明るい未来」を照らすことを信じています。



看護部長
原崎 礼子

謹んで新年のお慶びを申し上げます。日頃より地域の医療・介護施設の皆さま、地域住民の皆さまには、医療センターへのご理解、ご協力を賜り厚く感謝申し上げます。

昨年も新型コロナ感染拡大が続き、人々の意識や考え方、そして生活そのものが大きく変わり、当たり前前にできていたことができなくなりました。そんな中で、その人がその人らしく豊かに生きるためにはどうしたらよいのか、看護職として取り扱うべき問題や課題は何なのか、考えるきっかけになったと思います。患者さんやご家族が安心して医療センターを利用していただけるように、院内感染対策強化やオンライン面会ができる環境を整えてきました。患者さんやご家族の笑顔が、私たち職員の喜びであり励みになっております。今年も、～Withコロナできることは何なのか～考えながら信頼される医療の提供に邁進して参ります。本年度もよろしくお願いいたします。



事務部長
林田 俊彦

謹んで新春のお慶びを申し上げます。日頃より、地域の医療機関の諸先生の皆様には医療センターへのご紹介を賜り、更には地域住民のご理解、ご協力を賜り、厚く御礼申し上げます。

令和元年12月から始まった未曾有のコロナ禍が、足掛け2年を過ぎました。昨年はようやくワクチン接種が開始され、感染者が減少傾向にありますが、当院では引き続き感染対策を徹底して取り組んでおります。受診者の皆様にもご不便をおかけしておりますが、コロナ禍を乗り越えるまであと一息かと思われれます。今年も教職員一丸となって、「心が通い、信頼される医療」「安心・安全な医療」を提供して参りますので、引き続き、皆様のご理解とご指導、ご鞭撻のほど、よろしくお願い申し上げます。

オンライン面会のご案内

当院では「オンライン面会」を行っています。1家族様につき週1回、20分程度とさせていただきます。予約方法などの詳細は、当院ホームページ「お知らせ一覧（2021/4/19）」欄をご覧ください。お問い合わせは各病棟までお願いします。



よかね ♪ スタッフ紹介

4階東入院棟 関節外科院内認定看護師

主任看護師 **古賀 江美**

看護師 **木下 あゆみ・貝島 由利子**

私たちは、関節外科に関する専門的知識と看護技術を習得したJSEN（関節外科院内認定看護師）です。回復期リハビリテーション病棟において、患者さんへのご指導やスタッフ教育を行っています。回復期リハビリテーション病棟では、人工股関節術後の患者さんを多く受け入れています。人工股



関節の手術を受けた患者さんが、退院後も快適な日常生活を送っていただくためには、脱臼しないような足の位置や動かし方に注意が必要です。例えば、ズボンや靴下を履くとき、体を洗うとき、落ちた物を拾うときなどは、股関節が屈曲しすぎないように補助具（離れた物を取ったり操作するリーチャー・マジックハンドなど）を活用する練習が必要になります。他にも注意点はありますが、リハビリテーションの強化や患者さんの病状、生活に合った工夫など、JSENとして患者さんのお役に立ちたいと思います。

医療安全推進週間の活動 ～ 転倒予防標語 ～

安全対策室 主任看護師 **福井 智子**



医療安全管理対策委員会では、国が定める医療安全推進週間の活動として、毎年「転倒予防標語」を職員から募集し、意識向上に役立てております。令和3年11月2日から11月30日の期間、表彰作品を外来通路に展示して、患者さんやご家族にご覧いただきました。親しみやすい標語を通じて、転倒予防に関心を持っていたき、患者さんの転倒が少しでも減ることを願っております。

病院長賞

良く見てね！ スマホじゃなくて 歩く先

情報システム室 システムエンジニア

医療安全管理対策委員長賞

コロナ禍も 自粛は要らぬ スクワット

リハビリテーション室 理学療法士

リスクマネジメント部会長賞

オリンピック 選手も転ぶよ スリッパじゃ

管理課 事務職員

看護部長賞

「どうしよう…」 迷わず押そう ナースコール

五階東入院棟 看護師

事務部長賞

すべらぬよう 傘の水滴 カバーして

臨床検査室 臨床検査技師

安全管理部門賞

夜起きて ころぶ心配 常にもて

リハビリテーション室 理学療法士

みんなで転倒予防賞

その一歩 踏み出す前に トントントン足踏み

医療連携室 看護師



病院連携ネットワーク 医療法人 真和会 たがみ医院

〒839-0853 久留米市青峰 2 丁目 25-3
TEL : 0942-43-1188

当院は麻酔科・ペインクリニック外科・内科・外科を標榜しています。当院から久留米大学医療センターまでは車で5分。西鉄バスも便利で、当院の患者様方も医療センターへのご紹介は大変喜ばれます。いつも、ありがとうございます。今後ともよろしくお願い申し上げます。

当院はこれから病院を新築する計画です。高齢化が進む青峰地区で確実に増えているロコモティブシンドローム、フレイル、関節や足腰などの痛み。これらを解消するためにリハビリテーション部門を新設いたします。広くて開放的なリハビリ室ができます。医療センターでの整形外科手術後のリハビリもお受けできる体制となります。完成は2022年の夏の終わり頃を予定しています。

コロナ禍で希薄になってしまった人間関係ですが、たがみ医院にくと温かみを感じられる、通院するのが苦にならない、そのような診療所でありたいとスタッフ一同目標をもって今日も診療にあたっています。



院長 田上 望

～ 診療時間 ～

月・火・木・金 9:00～18:00
水・土 9:00～12:30

* 休診日：日曜・祝日



フライパンで簡単！冬のジューシー肉まん

栄養室 管理栄養士
岩丸 絢子

旬のミカンと白菜を使った肉まんです。みかんの甘酸っぱさが、お肉に合いますよ。みかんのビタミンCは、風邪予防、免疫力アップなどの効果があります。

材料 小8個分

(生地)

★ 薄力粉 100g
強力粉 100g
塩 3g、ドライイースト 3g
ベーキングパウダー 4g
はちみつ 大さじ1
みかん 中1個
(外皮含め1個130gくらい)
ぬるま湯 適量
サラダ油 大さじ1

(具)

豚ひき肉 150g
塩 0.5g (ひとつまみ)
こしょう 少々
マヨネーズ 8g (小さじ2)
合わせ味噌 10g
酒 15g (大さじ1)
薄力粉 10g
白菜 (白い部分みじん切り) 30g
みかん 肉まん1個に対して1房



1個あたり
エネルギー：171kcal
塩 分：0.7g
タンパク質：6.4g

作り方

- ① 生地に使うみかんはヘタを横にして縦半分にする。果肉ごと絞り(約60g)、ぬるま湯と合わせ110gにする。
- ② ポリ袋に★の材料を入れ、振り混ぜる。①を3回に分けて生地に混ぜ、その都度もむ。
- ③ サラダ油を入れてもんだ後に、ポリ袋から取り出す。
- ④ 打ち粉(分量外)をした台の上で生地を折りたたんでは、手のひらの付け根を使って伸ばし、なめらかにする。
- ⑤ 丸く整えてポリ袋へ戻し、30分ほど室温に置く。
- ⑥ ボウルに、白菜とみかん以外の材料を入れ、粘りが出るまで混ぜる。白菜を入れて、さらに混ぜる。
- ⑦ 発酵して2倍になった生地を40cmの長さの棒状にし、包丁で8等分に切る。生地の中央が少し厚くなるように麺棒で直径10cmの円型に伸ばす。
- ⑧ 生地の中央に、具の1/8量とみかん1房をのせて包み、10分置く。
- ⑨ フライパンにフッキングシートを敷き、肉まんをのせ、4個に対し水100mlを入れて弱火で12分蒸す。

聞く・効く！元気のツボ 転倒予防について



医療の進歩により、人生100年時代と言われるようになりました。寿命が延びるにつれ「健康寿命」が重要になります。日本の平均寿命は男性81歳、女性87歳ですが、健康寿命は男性72歳、女性75歳と言われています。男性は9年、女性は12年もの間、日常生活に制限がある状態で生活しているのです。

日常生活が制限



運動器認定理学療法士 緒方 悠太

健康寿命が短くなる原因のひとつに転倒があります。転倒は筋力、バランス、視力、認知機能の低下、周囲の環境など様々な要因が絡みあって起きますが、定期的な運動によって、ある程度予防できることが分かっています。運動習慣を身につけて転倒しにくい身体を作りましょう。

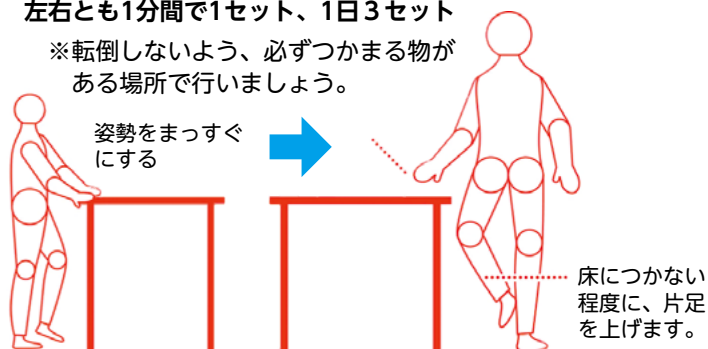
立って座って簡単にできる運動

運動を始める時は関節の痛みが無いか確認しながら、徐々に強度を上げるようにします。運動の効果が出てくるのは、運動時間が13時間を超えてからと言われています。これは、1日20分の運動で約1ヵ月半かかる計算です。続けにくい複雑な運動よりも、単純な運動をしっかりと続けていくことを意識しましょう。

★片脚立位（バランス能力の練習）

左右とも1分間で1セット、1日3セット

※転倒しないよう、必ずつかまる物がある場所で行いましょう。



★スクワット（下肢の筋力をつける練習）

お尻を後ろに引くように、2～3秒間かけてゆっくりと膝を曲げ、ゆっくり元に戻す。



（日本整形外科学会 ロコモティブシンドローム予防啓発公式サイトより引用）

○二重課題練習（運動と認知の練習）



- ①音楽に合わせて足ぶみを行う。
- ②足ぶみ続けながら、野菜や動物の名前を言ったり、計算を行う。

（荒井 秀典、国立研究開発法人国立長寿医療研究センター 介護予防ガイドより引用）

無理なくコツコツ
続けましょう！



久留米大学医療センター
KURUME UNIVERSITY MEDICAL CENTER

〒839-0863 福岡県久留米市国分町 155-1

TEL : 0942-22-6111 (代)
<http://iryo.kurume-u.ac.jp>



久留米大学医療センター 外来診療一覧表

令和4年1月1日現在
最新の情報はホームページ等でご確認ください。

受付時間：8:30～11:00、13:30～15:00
診療日：月～金（午後は予約診療のみ）
麻酔科：術前診察のみ（予約制）
休診日：土・日・祭日・年末年始・盆休（8/15）

診療科名	月	火	水	木	金
総合診療科	向原 圭 内藤 美智子 川口 勝輝	向原 圭 内藤 美智子	向原 圭 内藤 美智子	向原 圭 内藤 美智子	向原 圭 黒岩 望
プライマリ・ケア	内田 信治	内田 信治		内田 信治 (乳腺外来) 弥永 浩 (第1・3のみ予約制)	
消化器内科	井出 達也 江森 啓悟	緒方 啓	井出 達也	井出 達也 藤田 博正	緒方 啓 江森 啓悟
循環器内科 (睡眠時無呼吸外来) (脂質異常症外来)	甲斐 久史 加藤 宏司 佐々木 基起	甲斐 久史 新山 寛 翁 徳仁	甲斐 久史 加藤 宏司 福田 由香	新山 寛 翁 徳仁 佐々木 基起	加藤 宏司 翁 徳仁 福田 由香
禁煙外来 月・火・木 (予約制)	田尻 祐司 (午前) 甲斐 久史 (午後)	田尻 祐司 (午前) 甲斐 久史 (午後)		田尻 祐司 (午前)	
※薬剤出荷制限につき当分の間休診					
糖尿病センター	田尻 祐司 中村 由育	田尻 祐司 大滝 聡一郎	中村 由育 足達 彩香	田尻 祐司 足達 彩香 (甲状腺外来) 廣松 雄治	中村 由育 大滝 聡一郎
リウマチ・ 膠原病センター (予約制)	中島 宗敏 山崎 聡士 日高 由紀子 矢野 真弓	中島 宗敏 山崎 聡士 若杉 大輔	鮎川 竜祐 (第1・3再診のみ)	山崎 聡士 若杉 大輔 日高 由紀子	中島 宗敏 若杉 大輔 吉田 直実
小児科 (専門外来)	大津 寧 升永 憲治 田中 聡子 (午前)	大津 寧 牛島 高介 (午前・完全予約制)	大津 寧 升永 憲治	升永 憲治 田中 聡子 (午前)	大津 寧 升永 憲治
精神科 (午前)	土生川 光成 (精神科外来/睡眠外来・初診)		土生川 光成 (精神科外来/睡眠外来・初診)	山下 裕之 (もの忘れ外来・初診)	小児成人病 土生川 光成 (精神科外来/睡眠外来・初診)
(午後)	土生川 光成 (再診)			土生川 光成 (再診)	土生川 光成 森 裕之 (リエゾンのみ)
先進漢方 治療センター (午前) (予約制)	(漢方精神科・内科) 恵紙 英昭	(漢方精神科・内科) 恵紙 英昭 (漢方婦人科) 駒井 幹 (漢方小児科) 田中 聡子	(女性外来・漢方内科・循環器科) 上松 章子	(漢方内科) 七種 祐衣子 (漢方精神科・内科) 本岡 真紀子	(漢方精神科・内科) 恵紙 英昭
(午後) (予約制)	(漢方精神科・内科) 恵紙 英昭 (漢方小児科) 田中 聡子	(漢方精神科・内科) 恵紙 英昭 (漢方小児科) 田中 聡子	(漢方精神科・フクロウ外来) 恵紙 英昭 田中 聡子 (漢方皮膚科・第4のみ) 清川 千枝 (漢方精神科・内科・第1・3のみ) 沈 龍佑	(女性外来・漢方内科・内分泌科) 亀尾 順子 (漢方小児科) 田中 聡子 (漢方内科) 薬師寺 和昭	(漢方泌尿器科・第1のみ) 黒川 慎一郎
整形外科・ 関節外科センター (午前)	大川 孝浩 久米 慎一郎 田淵 幸祐 原口 敏昭 木内 正太郎	後藤 昌史 中村 秀裕 江崎 佑平 阿部 隆之介	大川 孝浩 中村 秀裕 大園 宏城 原口 敏昭 山木 宏道	田淵 幸祐 木内 正太郎 江崎 佑平 菊地 慶士郎	後藤 昌史 久米 慎一郎 柴田 英哲 大園 宏城
(午後) (予約再診)		樋口 富士男 (予約再診のみ)	大川 孝浩 (第1・3のみ予約制)	田淵 幸祐 木内 正太郎 稗田 寛 (第2・予約制)	
リハビリテー ション科	名護 健	荻野 美佐	柳 東次郎 (第1) 馬場 敦子 (第2・4) 中村 洋輔 (第3・5)	兼行 祐司	中村 洋輔
皮膚科		非常勤医 午前のみ			非常勤医 午前のみ
眼科				非常勤医 午前のみ (完全予約制)	
足病変(フットケア)・ 皮膚潰瘍治療外来	井野 康	井野 康		井野 康	井野 康
放射線科	非常勤医 (午前) 内田 政史 (午後)	内田 政史	非常勤医	内田 政史	内田 政史
病理診断科 (乳腺病理セカンドオピニオン外来)	山口 倫 午後のみ (完全予約制)		山口 倫 午後のみ (完全予約制)		

【看護外来】

看護外来時間：13時30分～16時（事前にご連絡頂ければ、希望の時間で対応は可能）

診療科名	月	火	水	木	金
心不全看護				本山 公子 (第2・4週)	
がん看護(緩和ケア)			丹藤 真弓 (第1・3週)		
認知症看護				堤 純子 (第1週)	
フットケア					大北 美紀 フットケア指導士