

外来診療担当医師表

平成30年4月～

時間	診察室	日	月	火	水	木	金	土
午前	診察室 1	整形リハビリ科	整形リハビリ科	一般・糖尿病内科	整形リハビリ科	一般・糖尿病内科	整形リハビリテーション科	
		ひさえ久重	ひさえ久重	きたの北野	ひさえ久重	ことう後藤	熊本大学病院 整形外科医師	
	診察室 2	脳神経リハビリ科	一般・糖尿病内科	一般・糖尿病内科	神経内科	脳神経リハビリ科	呼吸器内科	
		副院長 きの紀	副院長 いさみ勇	副院長 いさみ勇	のむら野村	副院長 きの紀	(1・2・5週) いりき入来 (3・4週) いちやす一安	
	診察室 3	一般・糖尿病内科	循環器内科	循環器内科	一般・消化器内科	一般・糖尿病内科	一般・糖尿病内科	
		よしなが吉永	副院長 ふたくち二〇	副院長 ふたくち二〇	副院長 なかお中尾	まえだ前田 (9:30~12:30)	代謝内科担当医師	
午後	診察室 5	一般・消化器内科	呼吸器内科	呼吸器内科	呼吸器内科			
		消化器内科部長 さとう佐藤	えびはら はら 蛸原	えびはら はら 蛸原	えびはら はら 蛸原			
	診察室 6	一般・糖尿病内科	一般・糖尿病内科	一般・糖尿病内科	一般・糖尿病内科			
		院長 うえはら上原	院長 うえはら上原	院長 うえはら上原	院長 うえはら上原			
	診察室 1	整形リハビリ科	整形リハビリ科	一般・糖尿病内科	整形リハビリ科	一般・消化器内科	一般・糖尿病内科	
		ひさえ久重	ひさえ久重	きたの北野 (16:00迄)	ひさえ久重	総院長 いけ池井	代謝内科担当医師	
診察室 2	呼吸器内科	一般・消化器内科	一般・消化器内科	神経内科	一般・糖尿病内科	外来診療時間		
	いちやす一安 (14:00~16:00)	副院長 なかお中尾	消化器内科部長 さとう佐藤	のむら野村	副院長 いさみ勇	午前診療 9:00~12:30 (受付は12:00まで)	午後診療 13:30~17:30 (受付は17:00まで)	
診察室 3	一般・糖尿病内科					*なお、急患はこの限りでは ございません。		
	よしなが吉永							

※内視鏡外来(月～金曜の午前・完全予約制)(緊急時を除く)

訪問診療 (午後)	副院長 なかお中尾	院長 うえはら上原	さとう佐藤	院長 うえはら上原	院長 うえはら上原
内視鏡	副院長 なかお中尾	さとう佐藤	副院長 なかお中尾	さとう佐藤	さとう佐藤

予約の状況や
検査・処置等により
順番が前後したり
時間がかかる
ことがあります。
あらかじめ
ご了承ください。



くまもと成仁病院



〒861-8041 熊本市東区戸島2丁目3番15号
電話 096-380-7011
FAX 096-380-9223
ホームページ <http://www.sejinkai-net.jp>

第46号 だより
発行日
平成30年9月30日



「C-C-B 笠浩二さん」

お問い合わせは くまもと成仁病院 (外来受付) Tel.096-380-7011

お知らせ

- 詳細につきましては
当院までお問い合わせください
- 10月7日 成仁としま保育園運動会
 - 10月12日 成仁病院杯
ゲートボール・グランドゴルフ大会
 - 10月27日 QCサークル発表会

編集後記

今年は例年にも増して勢力のある台風が多く、当院の夏まつりも毎年、急な雷や豪雨に見舞われて開始される夏まつりに「またか…」という思いもありましたが、台風の余韻を残す中、天気予報もはずれ快晴の中での祭りとなりました。多くの方においでいただき感謝しております。年々スケールアップする「くまもと成仁夏まつり」来年が待ち遠しいです。次号もお楽しみに!

目次

- 院長挨拶 2
- Dr.コラム 3
- 健康教室 3
- 健康まつり 4・5
- 夏祭り 6・7
- 外来診療担当医師表 8
- お知らせ 8



理事長・院長
上原 昌哉

ごあいさつ

くまもと成仁病院の上原です。8月25日土曜の夜は当院の夏祭りでした。2,000名を超える沢山の地域の方々にお越しいただき、誠にありがとうございました。

日本の夏祭りの多くは、起源的には盂蘭盆会(盆)・七夕・祇園祭などが絡んだものやその周辺的な行事であるものが多く、旧暦では6・7月の行事に当たります。また農村社会では夏季の農作業の疲れを癒す行事、都市社会では江戸時代以前の夏季の疫病封じ、その死者を弔う行事を起源とするものが多い傾向にあるようです。とりわけ、8月の旧盆の時期をはさんだ夏祭りは帰省の時期と相まって祭礼中での懐かしい人との再会など感慨深いものがあるとされています。

当院の夏祭りは、病院として、この1年間にお亡くなりになった地域の方々の霊を弔うという意味もありますが、8月の夏の風物詩として、地域の方々のコミュニケーションの場になれば幸いと思っております。

9月に入りまして、暑さも少し和らぎ、運動を再開される方も多いと思います。当院にも高性能の骨密度測定器が導入されました。閉経後の女性の方、65歳以上の男性の方、ぜひ一度測定されてみてはいかがでしょうか。

骨密度が低下し、骨折しやすくなるなどの症状が現れる骨粗しょう症は、閉経以降の女性や高齢の男性に特に多く見られる病気です。高齢者の骨折は、骨折部位によっては寝たきりなどの原因となるなどQOL(生活の質)を著しく低下させてしまうため、骨密度の低下を抑え、骨粗しょう症にならないような生活を心がけることが大切です。

骨粗しょう症の患者数は、日本では急速な高齢化に伴って年々増加し、その数は約1,300万人と推測されており、そのうち約8割は女性が占めているといわれます。

適度な運動により、骨に負荷をかけることで、カルシウムが骨に沈着しやすくなることがわかっています。骨密度を高めるための運動を生活の中に取り入れて、骨密度の低下のカーブをできるだけ緩やかにし、骨粗しょう症を予防しましょう。

医療・介護・福祉の分野において、人と人とのつながりを大切にし、地域社会の健全な発展に貢献できる病院・施設を目指します。

- 1 患者様・利用者様の権利と意思を尊重し、満足のいく信頼と安心できる医療・介護サービスを提供します。
- 2 地域の医療・介護・福祉事業の中核となり、地域社会の向上に努めます。
- 3 安定した経営基盤を確立し、誇りとやりがいを持って働くことのできる病院・施設を目指します。

特定医療法人
成仁会
理念

特定医療法人
成仁会
基本方針



Dr. Column ドクター・コラム

生活史から考える 生活習慣病

人間は出生、成長、老化そして最後は死んでいきます。その個人の歴史過程で環境の影響も受けていきます。その目線で生活習慣病を考えてみました。

成長の過程で多くの人たちは小学校、中学校、そして高校での生活を送りますが、通学を含め1日のうち約三分の一の時間、さらに12年間継続します。この環境では通学、体育の授業、そしてクラブ活動など運動をする機会が十分にあり、運動不足とは無縁の状態だと言えます。しかし高校卒業後一部の人たちを除いて一変します。社会人あるいはその後進学していく人たちは、それまで歩行あるいは自転車などで通学していましたが、熊本など地方都市においては18歳で車の免許を取り、車やバイクでの通学・通勤に変わります。さらにそれまでやっていたクラブ活動を多くの人たちはやめることとなります。急激な運動量の低下にもかかわらず、自分自身で自由に飲み食いできる環境も加わり、肥満傾向となっていきます。それから数十年そのような環境下で生活し、生活習慣病にかかる人が多くなり、初老期を迎え、定年などで仕事も少なくなります。

何十年と運動不足で過ごしてきた環境で、自由な時間ができ「さて運動でもしようか」となれる人は少ないように、定年後もその生活が変わらなければ、徐々に家に引きこもりがちになり、これが認知症の発症や進行を起こします。そして人生の最期を迎えることとなります。

生活史と書きましたが、モデルは私そのものではないかと、ふと脳裏を横切りました。そこでこのストーリーを逆手にとって生活習慣病(認知症を含めて)を防ぐ、あるいはアンチエイジングを考えてみたいと思います。

身体的なピークは医学的にも10代後半から20代前半だと言われています(精神の発達や脳の発達はその後続くようですが)。そこで上に書いたように急激な運動量低下をきたす若い頃から、生活の中で運動を意識し活動することが重要です。そうは言っても仕事が忙しかったりすると、あらためて運動をする時間を取るなどできない人もいます。そのような方にお勧めするのは、例えばバス通勤を行う方など、一つ先のバス停から乗車し、一つ手前のバス停で降りたり、職場のエレベーターは使わなかったり、コンビニへの買い物は歩くなど、毎日の生活、仕事の中で継続できる運動を行うことです。(自分の生活を振り返り具体的にできることを見つけましょう)

前任地で肥満を基礎にした糖尿病、高血圧、脂質異常症などを抱えた「メタボリックシンドロームに進展しそうな」住民の皆さんに、運動を中心として介入することにより、悪化防止ができるという研究をしました。(田原坂スタディ)

その中でわかったことは、運動療法が長続きするためには、何回も指導を受けることが重要であること、さらに一緒に運動してくれる人がいることが重要であることでした。当院でも健康教室を開催しており、高齢者の方には「転ばん塾」を開いています。一人で過ごすよりも家から一歩出て、様々な活動を行うことが重要だと考えます。



一般・糖尿病内科
副院長
いすみ 勇 聡

健康教室

第77回

「認知症の予防と
家族の関わり方」

認知症専門委員会 村上 充

認知症サポート養成講座を開催しました。講座内容は、認知症を理解できるように認知症の症状・認知症の方の気持ち・認知症に関する相談場所について行いました。

また、参加者の方には認知症という病気を理解し、認知症の方や介護を行っている家族の応援者である認知症サポーターとして、オレンジリングを配布しました。



第78回

「自宅での生活に困ったとき、
あなたならどうしますか？」
～解決のポイント教えます～

地域医療連携室 川野 祥二
株式会社 柘喜コネク ト 宮崎 晋子

高齢となり、ご自宅で生活していく上で困ることも出てくると思います。今回、外部より柘喜コネクトの宮崎先生をお招きして、自宅での生活に困ったときの相談先や施設のこと、これからの暮らし方についてお話をさせていただきました。

参加された方からは、「これからの暮らし方を紹介してもらい、選ぶことができるので良かった」等の声を頂きました。



第79回

「ロコモティブシンドロームって？
転倒を予防しよう」

リハビリテーション部 高祖 優誠

8月はロコモティブシンドロームについて講義がありました。ロコモティブシンドロームとは、筋力・骨・関節の衰えから介護を必要とする可能性が高い状態の事を言います。

講義中に転倒予防に繋がる体操を行いました。参加者の皆様積極的に体操に取り組んで頂きました。



2018 くまもと成仁病院

健康まつり!!



平成 30 年 6 月 10 日 (日)、くまもと成仁病院 健康まつり 2018 が開催されました。今回のテーマは「~のばそう健康寿命 つなげよう元気と笑顔の輪~」で 1 階と 5 階のフロアで行われました。1 階ではステージを中心に心電図やフットケアなど、5 階では転倒危険度チェックやアルター G やホンダ歩行アシストといった新しいリハビリ機器の体験や救急蘇生や高齢者疑似体験、血圧や血糖測定などの各種検査、栄養相談や介護相談等があり、たくさんの方が参加してくださいました。

ステージでは九州看護福祉大学の『飛羽隊』によるよさこい、託麻東小学校の器楽部『TKE』による演奏、熊本大学の『らすとどりあ』によるアカペラなど、共にくまもと成仁病院を盛り上げてくださいました。今年も子どもから高齢の方まで、多くの方に参加して頂きました。今後もくまもと成仁病院は、医療・介護・福祉の分野から地域に寄り添い、皆様の健康をサポートできるように精進して参ります。



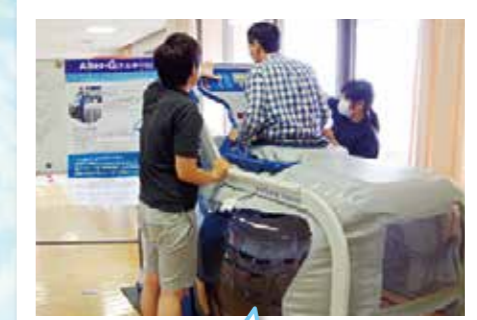
九州看護福祉大学『飛羽隊』
よさこい!



チェアエクササイズ



理事長兼院長の講話



反重力式トレーニングマシン
アルター G



ホンダ 歩行アシスト



転倒危険度チェック



ステージでは、
たくさんの方が観に来てくださり、
大変盛り上がりました!!



熊本大学アカペラサークル
ひごべら『らすとどりあ』



託麻東小学校 器楽部『TKE』



救急蘇生と AED



高齢者疑似体験



栄養相談



ストレス度チェック



骨密度測定



各種検査



祭

祭

第10回

くまもと 成仁病院 夏祭り

10回目となる夏祭りは晴天にも恵まれ、今年はC-C-Bの笠浩二さんをスペシャルゲストにお呼びし、とても盛り上がりました。その他にも、夏祭りならではの露店や音楽、チャリディングや日舞などにより、今年もくまもと成仁病院の夏祭りは多くの方にご参加頂き、大盛況でした。ご来場ありがとうございました!!



総合司会の“MEGさん”テンポの良い司会でした!!



当院、理事長兼院長の開会挨拶から始まりました!!



さんしん三線の音色がとてもよかったです。



タイチジャングルさんのギターと歌声は素敵でした!!



たぐとう太鼓の迫力のある和太鼓!! 元気いっぱいのパフォーマンスでした!!



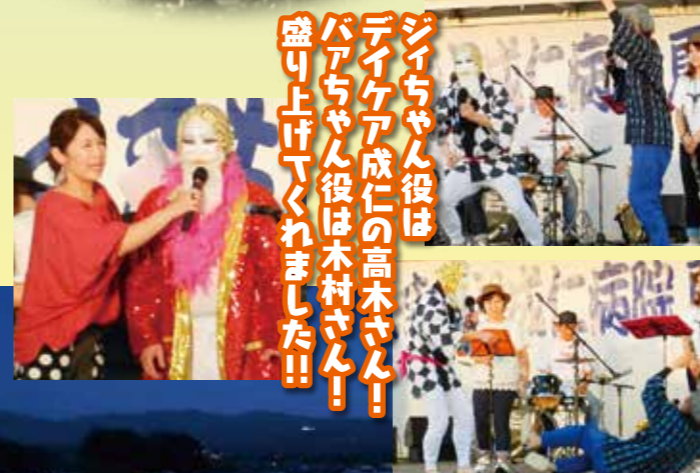
成仁としま保育園の園児による夏にぴったりの楽しい音頭を披露してくれました!!



秋桜会(コスモス会)による日舞!!



東海大星翔高校子アリーディング部“FUNKYSTARS”の演技を披露してもらいました!!



ジイちゃん役はデイケア成仁の高木さん! バアちゃん役は木村さん! 盛り上げてくれました!!



くまもと成仁病院の職員で構成している“スクラッチバンド”の息の合った素敵な演奏でした!!



かき米、カレー、ビールなどの飲食店や金魚すくいやくしなどの露店もありました!!

