

今津日赤だより



表紙写真 「今津湾の初日の出」

基本理念

私たちは人道・博愛の赤十字精神のもと患者様に信頼される医療を行います。

基本方針

1. 地域医療
地域の皆様から安心して健康を任される病院を目指します。
2. 全人的医療
病気を治すだけでなく、病める人を癒す全人的医療を提供します。
3. 医療と福祉の架け橋
医療が終わった後も、その方に適した生活を送っていただくためのお手伝いをする医療福祉センターを目指します。

TOPICS

- 年頭のご挨拶…………… 1
- 人生90年時代を地域で暮らせるように… 2
- 高齢者のスキンケアについて …… 3
- 口の健康に気を付けましょう…………… 4
- 地域で健康講演会を行いました …… 5
- 連携病院リレー紹介(福岡記念病院)…… 6



年頭のご挨拶



新年明けましておめでとうございます。皆様穏やかな新年を迎えられたことと存じます。平成30年（2018年）の年頭にあたり、一言ご挨拶させていただきます。

一昨年は熊本地震という大きな災害がありましたが、昨年も残念ながら7月5日に九州北部豪雨が発生しました。被災地の街並みに濁流や流木が押し寄せる様には目を疑いました。被災された方々に心からお見舞い申し上げます。当院からも赤十字救護班の派遣や健康支援活動を行いました。被災地の復興には末長い支援が必要と思います。皆様の募金活動等へのご協力に感謝いたしますとともに、今後も赤十字としてできるだけの復興支援をしていけたらと思います。

さて、医療の分野では高齢化のピークが近づく2025年に向けた医療提供体制の再構築や地域包括ケアへの取り組みが本格化しています。昨年、当院としても公的医療機関等2025プランを作成しました。今後も当院の地域で果たすべき役割、期待されている役割を常に見すえながら、病院機能を見直していき、地域でさらに必要とされる病院になれるよう取り組んでいきたいと思っています。

地域包括ケアの推進に当たっては、高齢者の方々が住み慣れた地域で、自分らしい暮らしをできるだけ長く続けられるような支援が求められています。当院でも、患者様ご自身、ご家族がどのような環境で、どのように過ごされたいかを常に相談させていただきながら、多職種が連携して支援を行っております。時には当院スタッフがご自宅を訪問し、退院後の生活環境を整えるお手伝いをさせていただいておりますし、24時間対応可能な訪問看護をご利用いただくことも可能です。療養上のお悩みがあればなんでも気軽に相談でき、対応できる病院を目指しておりますので、どうぞご遠慮なくご相談ください。

当院は認知症診療にも引き続き積極的に取り組んでおります。内科病棟でも認知症ケア回診を定期的実施し、認知症を有する内科疾患患者にも対応可能です。また、昨年4月より神経内科外来を新たに開設し、パーキンソン病等の神経疾患の診療もおこなっておりますので、ご相談ください。生活習慣病予防健診による成人病予防、早期発見にも引き続き取り組んでおります。

以上、今後とも当院は地域で必要とされる医療を提供し、地域の皆様の期待に応えられるように職員一丸となって頑張っていきたいと存じます。最後になりますが、本年が皆様にとって良い年となりますことを祈念して、年頭の挨拶とさせていただきます。今年もどうぞよろしく願いいたします。



今津赤十字病院院長

ふじ い こう し
藤井 弘二

人生90年時代を地域で暮らせるように

新年あけましておめでとうございます。穏やかで幸せなお正月を迎えられたことと存じます。

日本では、諸外国に例をみないスピードで「人生90年時代」という長寿社会を迎えました。その中で、社会・経済の環境の変化、生活様式や価値観の多様化などの要因による人間関係の希薄化、孤立化などの問題が指摘されています。今後、たとえ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や自宅で、自分らしい暮らしを人生の最期まで続けられることができるような支援やサービスが受けられる地域づくりが必要となります。

また、認知症高齢者の増加も見込まれるため、認知症高齢者やその家族の地域での生活を支えることも重要になってきます。

今津赤十字病院は、住み慣れた地域で高齢者が在宅で生き生きと暮らせるように、お手伝いをしたいと考えています。



看護部長

みやざき くにこ
宮崎久仁子

●こんな場合はご相談下さい・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

①体の不調や不安がある場合

- ・加齢によるものか、疾病によるものか見極める必要があります。
- ・生活がスムーズにできるサービスの有無の確認が必要です。
- ・訪問看護・訪問リハビリ・重度認知症デイケアのサービス等が医療保険・介護保険で利用できるかどうかを知っておく事も必要です。

②当院の訪問診療・訪問看護の利用をご希望される場合

主治医がご家族と相談し最適な方法を考えます。自宅に医療従事者が訪問することは、地域の方々の目や口が気になる場所ですが、現代としては普通のことですからご心配はいりません。また、ご自宅や施設等の住み慣れた場所で生活することは幸せな時間だと思います。

外来看護師
・
地域医療連携室
スタッフに
ご相談下さい。

このように在宅に向けての政策は確実に進んでいます。今津赤十字病院はもっと地域に出向き、皆様の声に耳を傾け、私たちのできることに励まなければなりません。たとえば、健康講座の開催・看護や介護の相談・災害救急時の対応・ボランティアの育成等、病院としてかつ赤十字としての活動が求められていると考えています。微力ではありますが、高齢者の皆様がいつまでも在宅でいきいきと暮らせるお手伝いをしたいと思っていますので、お気軽に看護師・地域連携室スタッフにご相談ください。

高齢者のスキンケアについて

皮膚・排泄ケア
認定看護師 こ みや とも み 小宮友美

皮膚・排泄ケア認定看護師は、人工肛門・褥瘡・尿や便失禁などの皮膚のケアを専門に行う看護師です。現在は、病院内だけではなく、在宅や施設へもご依頼があれば出向いてケアを行っています。今回は、高齢者の皮膚の特徴とスキンケアについて紹介します。

高齢者の皮膚の特徴

- ① 皮膚が薄くなる
- ② 皮膚の生まれ変わりが遅くなる
↳ 通常は28日周期が100日以上になる事もある
- ③ 血行が悪くなる
- ④ きめが整わない
- ⑤ 弾力がなくなる
- ⑥ 汗や皮脂の分泌が少なくなる



皮膚に影響を及ぼす病気

病気	皮膚の症状
糖尿病	糖尿病によって皮膚の色が変わっていく / 傷ができやすく、治りにくなる
肝臓の病気	皮膚が黄色くなり、かゆみが出てくる
腎臓の病気	皮膚がかさかさし、かゆみが出てくる
消化器の病気	皮膚が赤くなり、触ると痛い
循環器の障害	皮膚炎や湿疹ができる



高齢者は多くの病気を抱えているので、皮膚トラブルが起こりやすくなります。その為、皮膚トラブルを予防するようなスキンケアが重要です。高齢者の皮膚を守るためのケアを紹介します。

ポイントは洗淨・保湿・保護

洗淨

- ① 石鹸を十分に泡立てた厚みのある泡で、手または、やわらかいタオルなどを使って洗淨する。
- ② 40度以下のぬるい湯で洗い流す。
- ③ タオルなどでそっと押さえ拭きをする。



保湿

入浴後20分以内で保湿剤を塗りましょう。
当院で使用している保湿剤は、セラミド入りの保湿剤で、さらっとして伸ばしやすく、おすすめです。その他、市販の保湿剤もよいでしょう。

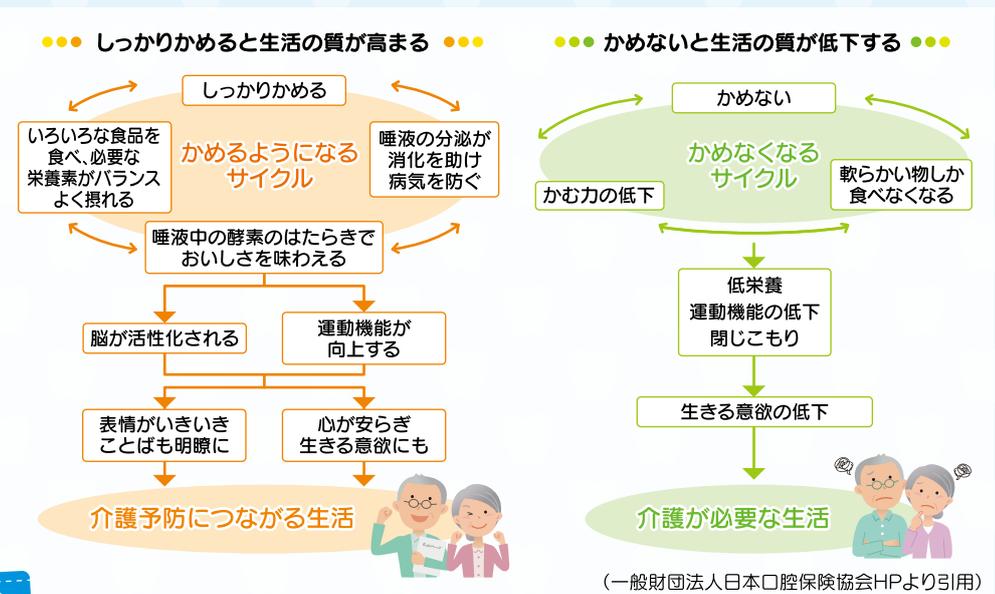
保護

脆弱な皮膚を守るためのケアも大切です。
レッグウォーマーの使用や車いすのフットレストを保護することも大切です。

●皮膚を守る方法



口は「食べる」「話す」等の機能があります。いつまでも生き生きと暮らしていく為に、口の健康を維持していきましょう。噛むという動作は、脳の血流が増え、認知症の予防にも繋がるなど、良い影響を及ぼします。また、会話することで口の機能を維持する事にも繋がります。口の健康に気を付けることは、介護予防の第一歩です。



高齢者の口の特徴

- * 歯ぐきが下がり、虫歯ができやすくなります。
- * 唾液が減り、乾燥しやすくなります。また、口臭が強くなる、味覚障害などを引き起こすこともあります。
- * 口の汚れや、入れ歯が当たる刺激などで炎症を起こしやすくなります。
- * 口のケアを十分に行っていないと、汚れが溜まり細菌が繁殖します。
- * 入れ歯は、口の状態が変化することで合わなくなってくることもあります。長期間入れ歯を使っていないと歯ぐきが痩せていき、合っていない入れ歯は、口の中を傷つける恐れもあるため、歯科に相談しましょう。入れ歯は毎日つけましょう。合っていない入れ歯は飲みこみにも影響します。

口の中の環境が悪いと

日本人の死因の第3位となっている肺炎(厚労省 平成28年人口動態統計)。高齢者に多い肺炎の原因として、食物の誤嚥や唾液の誤嚥が言われています。一般的には、食べる→誤嚥→肺炎と思われていますが、食べていない人でも口の中で増えた細菌が唾液と混ざり、その唾液を誤嚥して肺炎を起こすこともあります。特に意識がボーっとしている人や、夜間の睡眠時など、無意識のうちに細菌が混ざった唾液を誤嚥して肺炎を起こすということも言われています。肺炎の予防の為に口の健康に気を付けることは大切です。

口の機能をチェックしてみましょう

(はい/いいえ)でお答えください

- | | |
|----------------------------------|--------------|
| ① 固いものが食べにくい | ② お茶や汁物等でむせる |
| ③ 口が渇きやすい | ④ 薬が飲みこみにくい |
| ⑤ 話す時に舌がひっかかる | ⑥ 口臭が気になる |
| ⑦ 以前に比べ食事に時間がかかる | ⑧ 薄味がわかりにくい |
| ⑨ 食べこぼしが目立つ | ⑩ 口の中に食べ物が残る |
| ⑪ 自分の歯または入れ歯で左右の奥歯をしっかりと噛み締められない | |

(はい、)にチェックが入る方は口の機能が低下している可能性があります。

口の機能低下の予防のために

- * 口の筋肉をしっかり使しましょう
食べる時によく噛んで食べる、柔らかいものばかり食べない
- * よく口を動かしましょう
会話や、カラオケ、音読など声を出して口を動かすことも大切です
- * 次の言葉を繰り返します(口の体操)
「パ／＼／＼／＼／＼」 「タタタタタ…」
「カカカカカ…」 「ラララララ…」
「パタカラパタカラ…」
「パンダのたからもの」

早口言葉でも構いません

地域で健康講演会を行いました

演題 今津公民館主催 第16回今津いきいき健康講座
「ニコニコ笑って元気に生きる②」

講師 おおうち しろう 大内 士郎 先生 **期日** 平成29年12月11日(月)／今津公民館

今津いきいき健康講座では、今津赤十字病院・今津公民館・シーサイド病院が協力して今津地域の住民に対して、年に2回健康講座を行っています。今回は、前回ご好評でした大内士郎先生のお話をもっと聞いてみたいという事で企画しました。

大内士郎先生より、「今日は笑えるお話をします」とのあいさつから始まり、いろいろなおもしろい短歌を交えながら健康に生活していくための心構えを話されました。みなさん最後まで笑いの絶えない講演となりました。



▲大内 士郎先生

演題 「自分で取り組む尿もれ予防」

講師 今津赤十字病院 看護師 たけかわ きみこ 竹川 紀美子

日本赤十字社福岡県支部が推進している健康生活支援講習をもっと地域の方に身近に感じてほしいという思いから、講習の中の一部を実技講座として行いました。男性の参加者も多かったのですが、女性の方以上に熱心に尿もれ予防体操をされていました。



▲福岡市今津公民館(福岡市西区今津2131-3)

演題 玄洋公民館・男女共同参画を進める会共催講演
「続 はじめての介護教室」～すみ慣れた地域でいきいきと～

講師 今津赤十字病院 看護師 ふじた みえ 藤田 美重 **期日** 平成29年12月16日(土)／玄洋公民館

今回の講座は、平成28年12月に行いご好評をいただいた「はじめての介護教室」の続編として男女共同参画のみなさん32名を対象に、認知症についてより深く学びたい、介護の問題について知りたいという依頼を受け、講座を開催しました。参加者の中には、実際に、認知症の方を介護している方もおられ、活発な質問や意見交換もできました。

【認知症について】

認知症のタイプ、症状と対応、相談窓口についての説明を行いました。

【認知症のロールプレイ】

女性に対して悪い対応を参加者に演じてもらい、グループでディスカッション後、良い対応を演じてもらいました。参加者より、学びが深まったとの意見をもらいました。

【介護保険について】

申請方法と利用できるサービスについて説明を行いました。

【介護における問題】

老老介護、認認介護、高齢者への虐待など具体的な事例を出しながら説明を行いました。将来について考えましたとの意見がでました。

【車いすの使い方】

前回と同様に車いすの使い方の実習を行いました。最後には、みなさん使い方が上手になりました。



▲講演の様子(車いすの使い方)



▲福岡市玄洋公民館(福岡市西区横浜1丁目2番1号)

当院では、さまざまな医療機関との連携を大切にしています。このコーナーでは、リレー方式で各医療機関の方に登場いただき、連携について語っていただきます。第3回目は福岡記念病院です。

社会医療法人大成会 福岡記念病院(福岡市早良区西新)

理事長・院長 くろだ やすお 黒田 康夫 先生

当院は、昭和34年1月開設の大塚外科医院より、昭和40年に病院名を「福岡記念病院」と変更し59年に渡り、福岡西南地区の救急医療の基幹病院としての役割を果たし、平成10年からは「開放型病院」として地域の診療所やクリニック等の医療機関と親密な病診関係を築き、地域医療を支えて参りました。また、社会医療法人大成会としては、急性期医療提供を行う「福岡記念病院」、そして予防医学・健康管理を行う「福岡記念PET・健診センター」と大成会グループとして地域に根ざした医療の提供を行っております。

診療においては「地域住民が求める安全で信頼される医療を行う」の理念の下に内科、外科をはじめ、循環器内科、脳神経外科、整形外科、泌尿器科、放射線科、小児科など36の診療部門を持っており、各科において現代の医療レベルに沿う診療を行い、質の高い専門性を追求する総合病院を目指しています。

施設・設備についても患者さんの身体負担を減らしながらも、より精度の高い検査を行うことを目的に320列CT、3.0T MRI、1.5TMRI、PET-CT等の高度医療機器やリニアック装置、ガンマナイフ等の治療機器を備えています。また、救急告示病院の使命として、救急車のみならず個人で受診される救急の患者さんを軽症者から重症者まで24時間体制で受け入れています。これらの取組みが評価され、平成26年12月には「地域医療支援病院」として承認され、平成28年12月には「JAPAN INTERNATIONAL HOSPITALS」として推奨を受けました。

多機能型地域病院である今津赤十字病院には、当院からの転院の際には大変お世話になっております。

今後とも益々地域の医療機関の皆様と連携をさせていただき、信頼を集める医療を提供できるよう努力していきたいと考えておりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



地域医療連携室直通 TEL:092-821-7446



診療案内

- * 診療科目 内科・精神科(認知症)・神経内科・胃腸科・循環器科・リハビリテーション科・放射線科
 - * 受付時間 (月曜日～金曜日)午前8時30分～午前12時00分及び午後1時30分～午後4時30分
 - * 休診日 土曜・日曜・祝日・年末年始(12月29日～1月3日)、日本赤十字社創立記念日(5月1日)
- ※ご不明な点がございましたら、お気軽に病院までお問い合わせください。

今津赤十字病院 外来診療担当表

平成29年9月14日から

診療科目		月	火	水	木	金	土	日	
内科	午前	初診	森・川本	森 佐保	富田 祐亮	九大腎臓内科	川本 夕季		
		再診	尾前 豪	藤井 弘二	福大神経内科	藤井 弘二 (生活習慣病)	藤井 弘二		
	午後(初診及び再診)	古瀬 正徳	川本 夕季	富田 祐亮	九大腎臓内科	尾前・古瀬			
精神科 (認知症外来)	午前	(予約制)初診	応相談				桑野 信貴	デイケアのみ	デイケアのみ
		再診	田中 和宏	藤井 康平	勝治 一夫	勝治 一夫	古賀 勝治		
	午後 初診(予約制)		勝治 一夫	勝治 一夫	勝治 一夫	勝治 一夫	勝治 一夫		
			藤井 康平		藤井 康平		藤井 康平		
			畑部 暢三		古賀 勝治				

病院へのアクセス



JRでのアクセス

- * JR九大学研都市駅下車の場合
JR九大学研都市駅南口前より病院無料送迎バスをご利用ください。
(下記時刻表を参照ください)
- * JR今宿駅下車の場合
昭和バス「今宿駅前」バス停より、「西の浦行き」乗車、「日赤入口」バス停下車、徒歩約10分

お車でのアクセス

西九州自動車道今宿ICより約10分



送迎バスのご案内

JR九大学研都市駅南口前より、送迎バスを運行しておりますので、お気軽にご利用ください。

便	第1便	第2便	第3便	第4便	第5便	第6便	第7便	第8便	第9便	第10便
病院→JR九大学研都市駅南口前	8:55	9:35	10:15	10:55	11:35	12:15	12:55	13:35	14:15	14:45
JR九大学研都市駅南口前→病院	9:15	9:55	10:35	11:15	11:55	12:35	13:15	13:55	14:35	15:00
運行日	平日	○	○	○	○	○	○	○	○	○
	土日祝祭日	—	○	○	○	○	—	—	—	○