

face to face

向かい合って、
スマイル。

特集

知ってほしい「総合診療科」の役割

「医療の現場から」
上・下半身のチカラをつけよう！
福岡記念病院の健康講話



知ってほしい「総合診療科」の役割

どの診療科を受診すればよいのか分からない患者さんに対して、最初の窓口として受診いただく「総合診療科」。実は外来以外にも多くの役割を担っています。

最初の窓口として

専門の診療科への紹介状を持たない患者さんや、どの診療科を受診すればよいのか分からない患者さん、また健康診断でいくつかの臓器にわたる異常を指摘され、受診する診療科に困っている患者さんに対し、外来ではまず「総合診療科」での診療をご提供いたします。

求められているのは総合力

総合診療医の役割は患者さんの身体的な治療だけではなく、疾患の背景にある全ての診察の対象となります。

総合診療科では、病名の分からない患者さんに対して、臓器の枠にとられない幅広い知識を生かして、最適な医療の実施を目指します。診療の結果、専門診療科への紹介が好ましい場合には、速やかに連携することで、患者さんの問題解決に全力であたります。

総合診療医には、患者さんを360度診られる幅広い知識と

視野が必要です。ひとつの臓器にとどまらず、それぞれが影響する関係や原因を推論できる高い診断力と、他の診療科との連携を見極める力が求められます。

多くの方が健康上の不安や課題、特性をいくつも抱えながら生きるこの時代、今後ますます総合診療医の需要は増えていくと考えられます。

多くの疾患の臨床的疾患の対応力を身につけるだけではなく、患者・家族の生活課題を理解し、それを念頭に置いた解決策を提

総合診療医の役割



総合診療医

1. 身体を診る



特定の臓器に捉われない幅広い観点から、総合的に症状を診察し、また必要に応じて専門医を紹介します。

2. 生活を診る



患者さんの家族関係や職場等、疾患の背景にある実際の生活を大切にします。

3. 地域を診る



地域医療連携室と密に話し合い、地域で求められている医療を提供します。

- 発熱が続くが原因がはっきりしない
- 最近、体重が減ってきた（体重が増えてきた）
- 健診で異常が出たが、どの診療科を受診したらよいかわからない
- 症状は軽いが、重い病気かもしれないので心配だ
- 倦怠感や疲労感が続く

このような方は
総合診療科を
ご受診ください

今回のご担当は
副院長 総合診療科部長 太田 勇司 先生

日本外科学会専門医・指導医 日本消化器外科学会指導医
日本消化器内視鏡学会指導医 日本大腸肛門病学会専門医・指導医
日本気管食道科学会専門医 日本消化器外科学会消化器がん外科治療認定
日本専門医機構 総合診療領域特任指導医 インフェクションコントロールドクター



「生活を診る」ということ

病には、背景があります。日常生活における心理的な悩みを抱える人も増えるなか、家族の関係性や職場の環境など、病の根っこにアプローチする医療が求められています。

総合診療医は、患者さんの自宅や職場、家族関係まで視野に入れて治療方針を立てます。

なぜなら現実の暮らしの制約を無視してしまったり、治療の効果が十分に発揮されないだけではなく、再発を繰り返すことにもなるからです。医療・福祉専門職だけでなく、学校、職場とも連携し、患者の暮らし方に合わせコーディネートを目指します。

総合診療医が治す対象は、疾患とその背景にある生活です。

医療は地域に反映してこそ

患者さんは家族や地域のなか



で暮らしているため、生活環境の全てを視野に入れた治療と支援が必要です。

慢性疾患を抱えながら一生を終えるひとが6割ともいわれる今、病や障害とともに生き抜く時代がきています。医療の守備範囲は、保健や福祉、介護にとどまらず、住宅環境や働き方、まち全体の地域包括ケアシステムにまで広がっているのです。

総合診療医には今、住民の皆さんの医療ニーズを把握し、それを地域に反映する力が求められています。

当院の総合診療科においても、患者さんの心身の健康面、家族関係、就労・経済状況などを多角的に診て、その人が望む暮らしを送れるように、あらゆる専門医や協力者と連携して診療にあたっています。

本格的な夏が到来しました。この季節の運動は熱中症の危険と隣り合わせです。水分を十分に取らなければ、無理のないトレーニングを心がけなければなりません。

シリーズ第三弾の今回は、室内で出来る運動と、熱中症にならない為のアドバイスをご紹介します。

【注意】

筋力をつけるためには、運動を継続することが大切ですが、痛みが強くなり、体の不調が出たりした場合は、無理をせずに休息をとってください。

Level up!

タオルをペットボトルに変更!
(500ml・1.0L・1.5L)

重りになるものであれば、なんでもOK。ただし、持続することで、レベルアップしているということが明確に分かるものの方が、達成感があって持続しやすいですよ。

上半身の運動 【実施回数：一動作5～10回】

必要物品 タオル（新聞紙を丸めて棒状にしたものでも可）
(ペットボトル)

姿勢 胸を張った座位姿勢

- 方法**
- ・タオルを両手で持って上げ下げする
 - ・タオルを両手で持って前に出し、左右へ体をひねる
 - ・タオルを両手で後ろに持ち、後ろに持ち上げる
 - ・タオルを両手で持ち、足下まで下ろす



下半身の運動 【実施回数：一動作5～10回】

必要物品 なし

姿勢 胸を張って、両足肩幅程度に広げて立つ

方法 ハーフスクワット、つま先立ち、片足立ち

ハーフスクワット

通常スクワットの半分のしゃがみこみで行います。椅子に座るように、お尻を下げていきます。座るときも戻るときもゆっくり行います。



熱中症の疑問アレコレ

**強い日差しが
疲れやすいのは何故？**

日光を浴びるということは、紫外線を浴びることです。



紫外線を受けると、体の中に「活性酸素」という酸化力の強い物質が生まれます。本来はウィルスや悪い細胞を撃退するのに大切なものなのですが、必要以上の活性酸素が生まれると、体の細胞が傷付きます。細胞が傷付くと、お肌には「疲労物質」がたまりまます。

疲労物質が増えることによって、体は疲れを感じてしまうのです。

お茶を飲んでるから大丈夫？



お茶やアルコールには利尿作用があり、身体の中の水分を外に出してしまつたため、水分の補給に適していません。

また、汗には塩分(ナトリウム)などの電解質(イオン)が多く含まれているため、水だけ補給しても熱中症の予防にはなりません。0.1%～0.2%の食塩水やイオン飲料、経口補水液を摂るようにしましょう。



熱中症は屋内でも屋外でも発症します

室内でも要注意

家の中のお風呂場、洗面所は洗濯機や乾燥機の熱がこもりやすく湿気もあります。このような場所で長時間過ごすときは注意しましょう。また、家の二階(最上階)は屋間上がった気温や湿度により熱がこもっています。二階(最上階)に寝室がある場合は、窓を開ける、冷房をつけるなどして環境を整えるようにしましょう。

気付かない内に脱水？!

人は寝ている間にも汗をかくており、一晩でコップ一杯分の水分が身体から失われています。また、入浴によっても約800mlの水分が失われてしまいます。(41℃の風呂に15分入浴後30分安静時)

また、発汗以外にも皮膚及び呼吸から水分を失っています。これは不感蒸泄(※)と呼ばれ、意識しなくても起こることです。汗をかくていなくても水分補給は必要となります。

※体重60kgの人が平熱、室温28℃の環境で1日に約900ml。体温が1度上昇すると約15%増加すると言われています。

室内でもこまめな水分補給が必要

室内だとのどの渴きを感じにくくなったリすることもありますが、喉が渴いたと感

つま先立ち

両方の膝はしっかり伸ばして、踵を上げてつま先立ちになります。お尻をくっつけるように力を入れる意識をしましょう。

片足立ち

左右交互に行います。体が左右に倒れないように姿勢に注意しましょう。

転倒へ注意が必要な場合には、何かを持って行いましょう。

じていなくても、こまめな水分補給を心がけましょう。

また、高齢者の中には夜間のトイレを避けるために意図的に水分を十分に摂取しない方もいらっしゃいます。ぜひ周りの方が注意して見守り、適度な水分補給を心がけてください。



福岡記念病院の健康講話

当院では皆さまの健康に役立つ講座や教室を開催しています。



令和元年7月19日(金)、野芥公民館「医療カフェ」において、「がん検診で安心を」と題して福岡記念PET・健診センターの木村拓也事務課長による講演会が開催されました。

当日は、がん検診の大切さについて、様々なデータを元にお話いただきました。

また、福岡記念PET・健診センターで実際に行われている検診の内容や費用についても詳しくご説明いただき、参加された皆様も、より具体的にがん検診についてご理解いただけたことと思います。



「がん検診で安心を」 2019.7.19 野芥公民館

講演会の内容を
ちよこっとご紹介

digest



福岡市がん検診では
対象年齢該当の方に
無料で受診できる
クーポン券を発行!

福岡県では、1年間に約1万5千人の方ががんで亡くなっており、昭和52年以降死因の第一位です。(福岡県の全死亡者数の約1/3)
40歳代からの死亡率が徐々に高くなり、高齢になるほど死亡率が高くなっています。
がん検診を受けることによって、早期発見できれば、無症状の内に適切な治療を開始することができ、がんによる死亡のリスクを減らせます。
年に1回職場での定期健診とは違い特定の病気(がん)に絞って調べる検診ですから、特に健康で自覚症状がないという方が積極的に受診することをおすすめします。

福岡記念PET・健診センターで受けられるがん検診(福岡市実施分)

検診・検査名	内容	対象年齢	料金
子宮頸がん検診 (受診は2年度に1回)	子宮頸部粘膜の細胞診	満20歳以上の女性	1,200円
乳がん検診 (受診は2年度に1回)	マンモグラフィ(2方向)	満40歳~49歳の女性	1,500円
	マンモグラフィ(1方向)	満50歳以上の女性	1,200円
胃がん検診	バリウムによる胃透視(年1回)	満40歳以上	1,800円
	内視鏡検査	50歳以上の偶数年齢(年度)	1,800円
胃がんリスク検査	血液検査(ピロリ菌抗体検査+ヘブシノゲン)	35歳・40歳	1,000円
大腸がん検診 (受診は1年度に1回)	2日間採便による便潜血検査	満40歳以上	500円
前立腺がん検診 ※10月・2月に実施 (受診は1年度に1回)	PSA血液検査	満55歳以上の男性	1,000円

ご予約・お問い合わせは

社会医療法人大成会 福岡記念PET・健診センター

〒810-0054 福岡市中央区今川2丁目16-16

TEL:092-739-0110

電話受付時間 月~金 8:30~17:00 / 土 8:30~12:00

健康診断受付時間 月~土 8:30~11:30



つながる医療 連携病院のご紹介

当院は「地域医療支援病院」として、
地域医療機関と共に地域医療を支えています。

医療法人徳隣会 つつみクリニック福岡

在宅療養支援診療所

理事長 堤 光太郎



当院は、在宅医療に特化した診療所です。地域との連携ネットワークで24時間365日、患者様の「自分らしい生活」をサポートします。

福岡記念病院と密な連携をとることでCTやMRI等を使った精密検査が可能になり、より「未病」のうちに治療を行うことが可能になりました。

今後も、単に患者様の身体を治すだけにとどまらず、患者様を取り巻くあらゆる環境を全て考慮し、最も適した医療を提供してまいります。

訪問診療 月～金 9:30～17:30 往診 24時間365日
対応時間 土 9:30～12:30 対応時間

診療圏 クリニックより半径約16km以内の診療が可能です。
診療圏につきましては、お気軽にお問い合わせください。



〒812-0022
福岡市博多区神屋町2丁目26
ハイファイ奈良屋103
【TEL】092-273-2222
【FAX】092-273-2221

ひづめ内科

【診療科】
内科(総合内科・一般内科)
循環器内科/心療内科・精神科
老年精神科(もの忘れ・認知症予防)



院長 樋詰 貴登士

当院では、「心と体の両面を診る」ことを重視して、一般内科・循環器内科から心療内科・精神科まで診療しています。開院以来認知症や高齢者精神疾患に注力していますが、近くにJR糸島高校前駅が開業し、学生さんから労務世代のうつ・不安・不眠の受診が増えています。

福岡記念病院との連携により、緊急時の対応や精密検査も可能となり、今後ますます地域の医療・健康の向上発展に貢献させていただきます。

	月	火	水	木	金	土
9:00～13:00	○	○	○(予約)	9:00～12:00	○(予約)	9:00～13:30
15:00～18:00	○(予約)	○(予約)	○(予約)	/	○	/

休診日：日曜・祝日



〒819-1112
糸島市浦志2丁目2-1
【TEL】092-332-8637
【FAX】092-332-8837

モロヘイヤとろろのレシピ

【材料】

- ・モロヘイヤ 1袋
- ・だし汁 200ml
- ・薄口しょうゆ 大さじ1
- ・砂糖 小さじ1
- ・ごま油 少々

- ①かつおだしをとって冷ましておく。
- ②モロヘイヤは葉を摘みとり、塩少々を入れた湯でさっとゆでて水にさらし、水気を切る。
- ③モロヘイヤ、だし汁、薄口しょうゆ、砂糖、ごま油をミキサーにかけてできあがり。

ご飯にかけてもおいしいです！

Point!



て食欲がないときにも食べやすいです。

ゆでて細かく刻むとねばりが出るので、暑く

の含有量です。

ビタミンB群、C、Eなどのビタミン類、カリウム、カルシウムが野菜の中でトップクラスの含有量です。

い夏野菜です。

アラビア語で「王様だけのもの」の意味をもつモロヘイヤは、古代の王様の病気の特效薬として重宝されていたといわれる栄養価の高い夏野菜です。



栄養科だよ

旬の野菜

王様の野菜
「モロヘイヤ」

当院診療科及び担当医表

(2019年8月1日更新)

学会・出張等により休診になる場合がありますので、各医師の担当日については事前にお問合せください。

診療科	氏名	月	火	水	木	金	土	
脳神経内科 (神経内科)	黒田 康夫	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	▲	
	坪井 義夫	午前 ○ 午後 ○	第4月曜					
	三嶋 崇靖	午前 ○ 午後 ○		○				
	米良 英和	午前 ○ 午後 ○						
糖尿病・内分泌内科	辛嶋 健	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	▲	
	梅田 丈夫	午前 ○ 午後 ○		○				
感染症内科 リウマチ科	向野 賢治	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○		
内科 消化器内科	藤原 英樹	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	▲	
	松岡 浩	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	▲	
	中山 秀	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	▲	
	山口 哲	午前 ○ 午後 ○	救急外来のみ					
	高宮 紘士	午前 □ 午後 □	□	□	□	□		
	古波倉 允	午前 ○ 午後 ○				□		
	福大 消内	午前 ○ 午後 ○					□	
	舛元 章浩	午前 ○ 午後 □	○	○	○	○	▽	
循環器内科	中村 広	午前 ○ 午後 □	○	○	○	○	□	
	久米田 洋志	午前 ○ 午後 □	○	○	○	○	□	
	上野 高史	午前 ○ 午後 □						
	廣岡 良隆	午前 ○ 午後 ○					○	
	伊藤 浩司	午前 ○ 午後 ○					○	
	緒方 大聡	午前 ○ 午後 ○						
脳神経外科	橋本 修一	午前 ○ 午後 ○				○		
	古市 将司	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	▲	
	大田 正流	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	▲	
脊椎・脊髄外科	溝田 新吾	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	▲	
	隈元 真志	午前 ○ 午後 ○	○	▽	○	○	○	
整形外科	本家 秀文	午前 ○ 午後 ▽	○	▽	▽	▽	▲	
	樋口 健吾	午前 ○ 午後 ▽	○	▽	▽	▽	▲	
	宮下 翔平	午前 ○ 午後 ▽	○	▽	▽	▽	▲	
	馬渡 正明	午前 ○ 午後 ○					○	
	古畑 友基 橋本 友哲	午前 ○ 午後 ○						
外科 消化器外科 大腸・肛門外科	城戸 英希	午前 ○ 午後 ○	▲	▲	▲	▲		
	長谷場 仁俊	午前 ○ 午後 ○	▲	▲	▲	▲	▲	
	御鍵 和弘	午前 ○ 午後 ○	▲	▲	▲	▲	▲	
	芝原 幸太郎	午前 ○ 午後 ○	▲	▲	▲	▲	▲	
	土井 篤	午前 ○ 午後 ○	▲	▲	▲	▲	▲	

診療科	氏名	月	火	水	木	金	土
総合診療科	太田 勇司	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	○
血管外科	宮本 和幸	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	○
	達 和人	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	○
心臓血管外科	宮本 和幸	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	○
	達 和人	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	○
呼吸器外科	森永 真史	午前 ○ 午後 ▲	▲	▲	▲	▲	▲
	今村 奈緒子	午前 ○ 午後 ○					
小児科	瀬戸口 良哉	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	○
	山崎 兼吾	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	○
小児循環器科	須田 憲治	午前 ○ 午後 ○	第1-3のみ				
泌尿器科	橋本 恭子	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	第1休診
	有吉 朝美	午前 ○ 午後 ○					
皮膚科	工藤 稔	午前 ○ 午後 ○	第2-第4休診		第4休診		第1休診
形成外科	岡 潔	午前 ○ 午後 ○	▽	▽	○	○	○
	山口 淑恵	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	▲
婦人科	安岡 真理子	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	
	武末 佳子	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	第2休診
眼科	春野 佳子	午前 ○ 午後 ○	▽	○	○	○	○
	新里 祐一	午前 ○ 午後 ○	○	▽	○	○	第2-第4休診
耳鼻咽喉科	九大耳鼻科	午前 ○ 午後 ○					
	内田 信哉	午前 ○ 午後 ○		○	○	○	第2週のみ
歯科	大塚 秀一	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	○
歯科口腔外科	大塚 智子	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	○
	石岡 久和 國弘 敏之 木村 正彦	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	○
放射線科	山口 哲 森 晴喜	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	○
	救急科	山口 哲 森 晴喜	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○
リハビリテーション科	外元、中村、古市 本家、松岡、山口 太田、溝田	午前 ○ 午後 ○	○	○	○	○	○
	竹内 広幸 森 晴喜 西川 文 秋吉 瑠美子	午前 ○ 午後 ○	▽	▽	▽	▽	▽
臨床検査科	塚本 良樹	午前 ○ 午後 ○	□	□	□	□	□
病理診断科	久留米大病理	午前 ○ 午後 ○	□	□	□	□	□
研修医	岡野 琳太郎						
	西原 新也						
	入野 香里						
	木本 長谷川 氏 藤澤						
	義敬 敬 涉 斗 優 愛						
徳重 裕 麦田 陽 島内 史 内川 仁 山 諒 川 諒 内 諒 山 諒							

<表中の記号> ○外来 ▽手術 □検査日 ▲交代制(病棟・外来) ◎病棟 ◇オンコール

地域医療連携室直通 TEL:092-821-7446 FAX:092-821-4773

受付時間 平日 …… 午前/8:30~12:00 (診療は12:30迄) 午後/1:30~4:30 (診療は5:00迄) 日祝日休診
土曜 …… 午前/8:30~11:30 (診療は12:00迄) 午後/休診 ※急患はいつでも診療します

福岡記念病院
広報誌
vol.71

face to face
向かい合って、スマイル。



社会医療法人大成会 福岡記念病院
〒814-8525 福岡市早良区西新1丁目1-35
TEL:092-821-4731 FAX:092-821-6449



日本医療機能評価機構
認定病院

発行日: 2019年8月 発行者: 黒田 康夫 URL: http://www.kinen.jp E-mail: info@kinen.jp