

きらめき

特集 シリーズ「病気のアレコレ」
イヤだ!絶対避けたい!
ロコモティブシンドローム 1-16

新企画! 勝手にランキング
独断と偏見による!!初回は
もしも1億円当たったら? 16

皆様の声を心にとめて
患者さま満足度調査
集計結果ご報告 17-18

疲れたら、食べて元気になろう!
しょうが★はちミルゼリー
とっても美味しい 19-20



特集

「病気のアレコレ」

ロコモ



ロコモとは

筋肉、骨、軟骨、椎間板といった運動器のいずれか、あるいは複数の障害が起こり、歩行や日常生活に何らかの障害をきたして、要介護になっていたり、要介護になる危険の高い状態のことを「ロコモティブ・シンドローム（略称：ロコモ）」といいます。

日本整形外科学会では50代以上の7割がロコモの危険があるとしています。いつまでも自分の足で歩き続けていくために、ロコモを予防し、健康寿命を延ばしていくことが必要です。

健康な状態から体を移動させる能力は、ひそかに衰えていきます。少しずつ進行する移動させる能力の低下に気づかない…ふり、していませんか？

運動習慣のない生活

運動習慣のない生活をしていると徐々に運動器が衰えてしまいます。



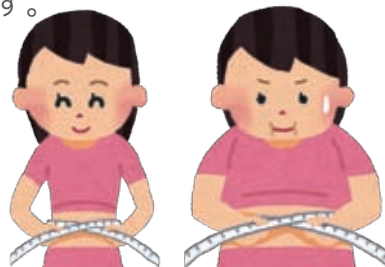
活動量の低下

活動量を減少させる一因になるエレベーターや自動車の使いすぎに注意しましょう！できるだけ自分の足で歩きましょう！



やせすぎと肥満

やせ過ぎると体を支える骨や筋肉がどんどん弱くなります。肥満は腰やひざの関節に大きな負担をかけます。関節軟骨は一度すり減ると、修復が難しい部分です。



痛みやだるさの放置

「腰が痛い」「ひざが痛い」その痛み、「年のせいだから」と放っていませんか？運動器の衰えはひそかに進行しています。中には、重篤な病気が隠れている可能性もあります。



ロコモかも?!をチェックする!!

7つのロコモチェック

こんな症状…
思いあたりませんか？

- ☐ かた足立ちで
靴下がはけない



- ☐ 家のやや重い仕事が
困難である



- ☐ 2kg程度（1リットルの
牛乳パック2コ程度）の
買い物をして
持ち帰るのが
困難である



- ☐ 家の中でつまずいたり
すべったりする



- ☐ 15分くらい続けて
歩くことができない



- ☐ 階段をあがるのに
手すりが必要



- ☐ 横断歩道を青信号で
渡りきれない



開門!! 第9回 リハビリ道場!!

ロコモ 立ち



1

まずは両足で! 140cmからはじめましょう。10cm、20cm、30cm、40cmの台を用意します。(ご自宅にある家庭用の椅子でもOK) まず、40cmの台に両腕を組んで腰をかけます。このとき両足は肩幅くらいに広げ、軽く踵を引くようにします。



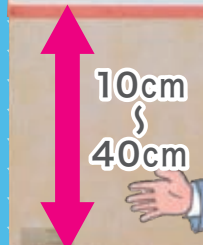
はじめの姿勢

2

反動をつけずに立ち上がり、そのまま3秒間保持します。

反動をつけずに、立ち上がる

台の高さは
10cm~40cm
のものを
それぞれ用意



拝啓

虫の音美しい初秋の候、皆様のますますのご健康を願っています。

さて、今回は「どのくらい足の力があるのか?」「どうしたら足の力がつけられるか?」をテーマにお話させていただきます。 敬具

上がりテスト

3

今度は片足編!
片足も40cmからはじめよう!

①のはじめの姿勢になり、左右どちらかの足を上げます。上げた足のひざは軽く曲げましょう。
準備ができたなら、反動をつけずに立ち上がり、そのまま3秒間!!

ひざは軽く曲げる

4

③がクリアできたら、もう一度①のはじめの姿勢に戻り、反対の足で再度チャレンジ!
左右とも片足で立ち上がることができたら、成功です。

3秒間このまま
ガマン…ガマン

10cmずつ低い台に変えて同様にテストを繰り返しましょう!!

左右どちらかの足で立ち上がることができなければ失敗です。

反動をつけずに、
立ち上がる

注意点

- ・安全な場所を確保し無理をしないように行いましょう。
- ・測定中、膝に痛みが起きそうな場合は中止しましょう。
- ・反動をつけると、後方に転倒する恐れがあるので注意しましょう。

※正しく安全に測定が行えるように自分1人ではなく、他の人の介助のもとに測定しましょう!!

Mr. ドクター

年齢不詳

気になる結果は次のページ 



Mr. ドクター
年齢不詳

テストの結果は
どうだったかな？
早速、結果の見方を教え
ようかな？

Hey!

これで君の脚力が
はっきり分かるんだ。

Yes!

結果に行って
みよう☆



45歳
Mr. タナカ

測定結果

左右ともに片足で立ち上
がれた一番低い台の高さを測
定結果とします。

40cmの台において、片足
で立ち上がれなかった場合は、両足で立ち上
がれた一番低い高さを測定結果とします。

判定結果

測定結果が各年代での立ち
上がれる台の高さの目安、及
びそれより良い場合、年代相
応の脚力を維持していると判
定します。



??!!

ということは、片足ではど
の高さも成功しなかった
僕は…どうなるんだろう？
あ、でも、両足でなら、
10cmの台で成功した。

Wow!

片足は全滅?!
それだと成功した
10cmの両足
だけの結果に
なるんだよ。



ショック

そうなんだね?!

じゃあ、できるように
なるためにどうしたら
いいんだろう?!

OK!

	男性		女性	
20～29歳	片足	20cm	片足	30cm
30～39歳		30cm		40cm
40～49歳		40cm		
50～59歳				
60～69歳				
70～79歳	両足	10cm	両足	10cm

君のように、年代相応の
高さで「辛うじて立てた
方」や「立つことができな
かった方」には、
ロコトレがおすすめ
だね。
この**ロコトレ**は
たった2つの運動
なんだ。

だから、毎日続けて
いくことが大切さっ!!





Mr. ドクター
年齢不詳

まずは、**バランス**
能力を鍛える **ロコトレ** だ!!

1. 片脚立ち

**左右1分ずつ、1日3回
行ないましょう!!**

転倒しないように
必ずつかまって
行ないましょう!

支えが必要な人は、十分に
注意して、机に両手もしくは
片手をついて行ない
ましょう。

姿勢を
まっすぐにして

床につかない
程度に、片足を
あげましょう!!

グラグラ



Mr. ドクター
年齢不詳

次は両足の**筋力**を
つける**ロコトレ**だ!!

2. スクワット

深呼吸する
ペースで5~6回繰り返し。
1日3回行ないましょう!!

- 1 肩幅より少し広めに立ちます。つま先は30度くらい開きましょう。



- 2 膝が膝が足の人差し指の方向を向くように注意して、お尻を後ろに引くように体をしずめます。その際、膝がつま先より前に出ないように注意しましょう。



プルプル

膝に負担が
かかりすぎないように、
膝は90度以上
曲げないように
しましょう

動作中は息を
止めないように

肩幅より
広く立つ

スクワットできない
キミにも、できるのは
コレ!! →



机に手をついて、
立ち座り動作をくり返す。



ロコトレに
プラスするなら

プラス+**α.カーフレイズ**

アルファ

ふくらはぎの筋力

アップだ!



いつまでも、自分の足で歩き
続けていくために、**ロコトレ**
を予防し、健康寿命をのばし
ていきましょう!!

1日10~20回
2、3セット
行ないましょう!!
(体力に合わせて行ないましょう)



1 両足で立ちます。
(バランスを崩しそうな場合は、壁や
机に手をついて行なって下さい。)

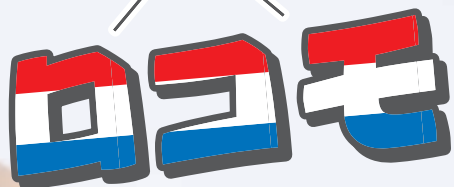
2 かかとを上げます。

**かかとを
あげる**



3 ゆっくりとかかとを、おろします。

体の内側から強くなる! パワーアップする食事



ロコモ予防は、骨や筋肉の「素」を毎日の食事から摂る事です!
きちんと食べて、ロコモに負けない強い体を目指しましょう!!



骨を強くする食生活

骨を丈夫にするには、なんといっても骨の材料となるカルシウムをたっぷり摂る事が必要です。同時にカルシウムの吸収を助けるビタミンD、骨の中のたんぱく質を活性化し、骨の形成を促すビタミンKを摂る事、またカルシウムの利用を妨げる塩分、アルコール、たばこを控えるなどの注意が必要です。

カルシウム 1日800mgを目標に!!

ヒトの場合、カルシウムの99%は骨に存在します。食事中的カルシウムが不足すると、骨から不足分が補われます。いつも骨からカルシウムが補給されていると、骨のカルシウム量すなわち骨量が減少してしまいます。



カルシウムを多く含む食品

食品名	量	カルシウム含有量	目安
干しエビ	5g	355mg	約小さじ1
牛乳	200cc	220mg	マグカップ1杯
スキムミルク	20g	220mg	約大さじ1
プロセスチーズ	20g	126mg	1個
ヨーグルト	80g	96mg	1カップ
豆腐	100g	120mg	1/4丁
小松菜	50g	85mg	小鉢1皿
チンゲン菜	80g	80mg	1株
ひじき（乾燥）	5g	70mg	小鉢1皿
納豆	40g	36mg	1P
真いわし	60g	42mg	1匹
サニーレタス	50g	33mg	3枚

ビタミンD・ビタミンK

戸外に出る生活をしていれば、日に当たる事によってビタミンDは皮膚で作られます。ビタミンDは、必要摂取量の約80～90%が日光浴により作られています。室内にこもりがちな方は適度に日光浴をしてビタミンDを体内で生成しましょう。

食品では魚や肉の肝臓、卵黄、キノコ類に多く含まれます。

またビタミンKは納豆や青菜に多く含まれます。



毎日10～15分程の日光浴を心掛けましょう。

両手の甲くらいの面積が15分間日光にあたる程度、または日陰で30分間くらい過ごす程度で、食品から平均的に摂取されるビタミンDとあわせて十分なビタミンDが供給されるものと思われれます。



※くれぐれも、長時間の日光浴は避けましょう。

コラム

紫外線とビタミンD

本来ビタミンとは、体には欠かすことができない栄養素で、食物からしか得ることのできない微量物質のことを指していました。ところがビタミンDは自分の体の中で合成することができます。体の中でビタミンDが合成される場所は皮膚であり、そして合成には紫外線の助けが必要となります。では、ビタミンDは一日どのくらい摂取しなければならないのでしょうか？「日本人の食事摂取基準（2005年度版）」によると、年齢にもよりますが、1日4～5 μ gが目安量となっています。しかし、実際はカルシウム代謝の点では食事から摂取するビタミンDだけでは不足気味です。

食品名	100g中 含有量	目安
紅サケ	33 μ g	大1切
いさき	15 μ g	1尾
カレイ	13 μ g	1尾
生しいたけ	2 μ g	大10枚
まいたけ	3 μ g	1房

(環境省:紫外線環境保健マニュアル2008より抜粋)



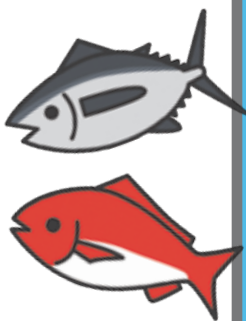


筋肉を強くする食生活

せっかく運動をしても、食事をきちんと摂らなければ、痩せて筋肉が減ってしまいます。筋肉の量を増やし、筋力を高めるためには、骨と同様に材料が必要です。最も重要な栄養素はたんぱく質ですが、エネルギー源となる炭水化物や脂質をしっかり摂っておくことも大切です。エネルギーが不足すると、筋肉の材料となるたんぱく質を使ってエネルギーを産み出そうとするからです。

たんぱく質

たんぱく質を多く含む食品は、肉、魚、卵、乳製品、大豆製品です。たんぱく質を構成するいくつかのアミノ酸がカルシウムの吸収を助けます。ただし摂り過ぎるとカルシウムは体外へ排出されやすくなるので、注意が必要です。動物性たんぱく質の方が、植物性たんぱく質より吸収効率が優れていますが、含まれるたんぱく質の種類がそれぞれ異なることから、いろいろな食品を組み合わせる摂ることが大切です。



食のギモンQ&A

Q. 牛乳や乳製品が嫌いで体が受け付けません。どうしたらいいですか？

A. 「カルシウム＝牛乳・乳製品」というイメージが強いかもしれませんが、そんなに心配しなくても大丈夫です。乳製品に比べると吸収率は低くなりますが、野菜等にもカルシウムは含まれます。また、カルシウム強化の食品を上手く利用しても良いでしょう。

Q. 「たんぱく質不足」だと、どんな影響がありますか？

A. 筋肉が減少し代謝が落ちることに加え、免疫力の低下、思考力や集中力の衰え、さらに肌荒れや肌のハリが失われ、髪が傷むことにまで影響は及びます。一般に高齢になると、野菜などの低カロリー食品を中心とした食事が多くなりがちです。その結果、たんぱく質をはじめとした必要な栄養素が不足し、気付かないうちに低栄養状態になっているケースが少なくありません。偏らず、バランス良く食事をしましょう。



カルシウムとビタミンKを多く含む小松菜、さらに、
カルシウムを多く含む乳製品を一緒にとれる一品。
骨に良い栄養素を簡単に、おいしく摂る事ができます!!



骨と筋肉を強くする!最強レシピ

小松菜とエビのココット

1人分 エネルギー240kcal

カルシウム231mg

材料 (2人分)

A	むきエビ	75g
	小松菜	100g
	卵	2個
	牛乳	150ml
	生クリーム	30ml
	塩・こしょう	少々

作り方

- ①小松菜はあらかじめ、茹でて水気を切って適当な大きさに切っておく。
- ②Aの材料を混ぜ合わせる。
- ③ココット容器、または耐熱容器に①の小松菜とむきエビを入れ②を流し入れ、オーブントースターで火が通り、表面に少し焦げ目がつく程度焼く。

予防したい、その原因!! 骨粗しょう症

ロコモ

2010年の厚生労働省の発表によると、要介護の原因の1位はロコモ。

このロコモの主な原因に、次の3つが挙げられます。

- ①骨粗しょう症、骨粗しょう症による脆弱性骨折
- ②変形性膝関節症や関節炎による下肢の関節機能障害
- ③脊柱管狭窄症による神経障害（腰痛、しびれなど）

以上の3つの中でも、高齢者の寝たきり、原因第3位の『骨折』を引き起こす骨粗しょう症について調べていきましょう。



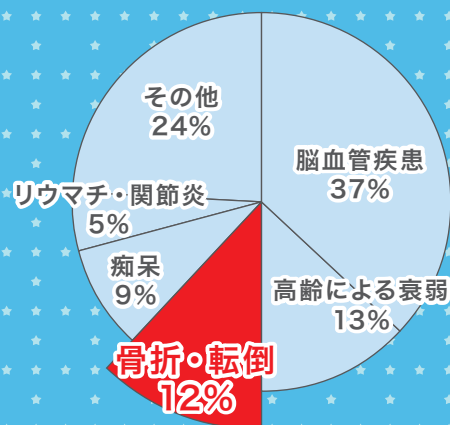
骨粗しょう症とは

骨は絶えず古い骨を壊し、新しい骨に生まれ変わっています。この骨の新陳代謝のバランスが崩れ、新しい強い骨が作られないと骨は壊されるだけでスカスカの状態に。

この状態を『骨粗しょう症』といいます。

寝たきり者の主な原因割合

厚生労働省「国民生活基礎調査」(1998)年



「骨粗しょう症」か調べる

骨粗しょう症かどうかを調べる検査は、主に、次の3つです。

血液・尿検査	骨代謝マーカーという検査により、骨の新陳代謝の速度を知ることができます。骨吸収を示す骨代謝マーカーの高い人は骨密度の低下速度が速いことから、骨密度の値にかかわらず骨折の危険性が高くなっています。
レントゲン検査	主に背骨(胸椎や腰椎)のレントゲン写真を撮り、骨折や変形の有無、骨粗しょう化の有無を確認します。骨粗しょう化や脆弱性骨折がはっきりと見られれば骨粗しょう症です。骨粗しょう化が疑われるという程度の場合は、骨量減少という診断になります。
骨密度検査	骨密度とは、骨の強さを判定するための尺度の1つです。骨密度の正常値は、成人(20~44歳)の平均値をもとにしています。測定する部位は、手首(橈骨)・足・腰椎・大腿骨などさまざまありますが、当院では、骨折すると寝たきりに移行しやすい腰椎と大腿骨の骨密度を測定します。

Q. 骨粗しょう症の検診は、どのくらいの頻度で受ければ良いですか？

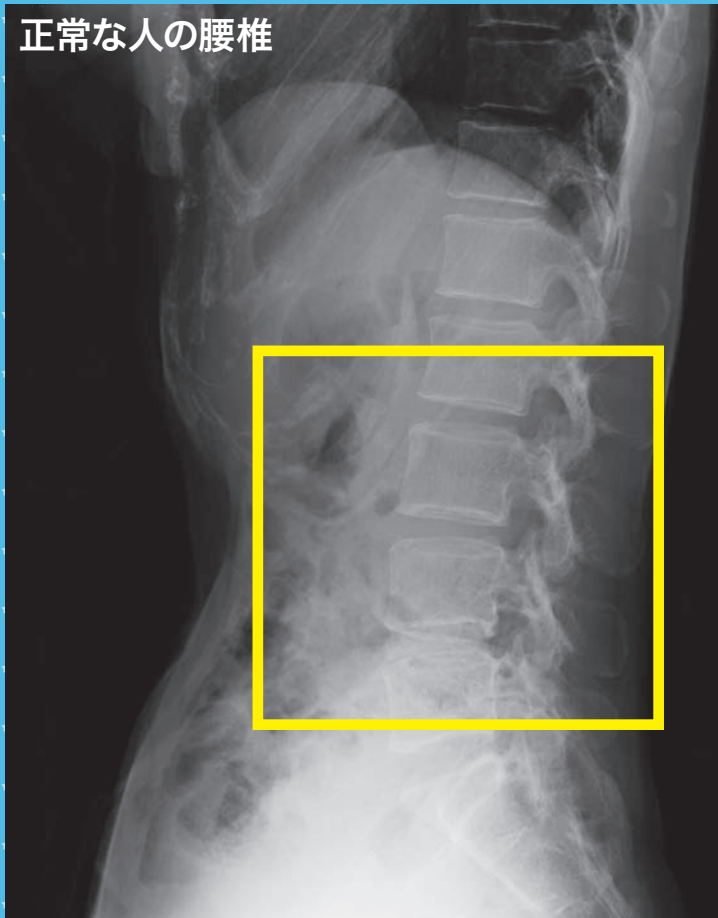
A. 特に女性の場合は、女性ホルモンが変化しやすい40歳頃を目処に検診を受けましょう。骨密度は、経時的に変化しますので、異常がなくても、年に1度は受けるのが良いでしょう。



レントゲン検査で 見ると？

実際の検査で、どう違うのか正常な人と比べてみよう！

正常な人の腰椎



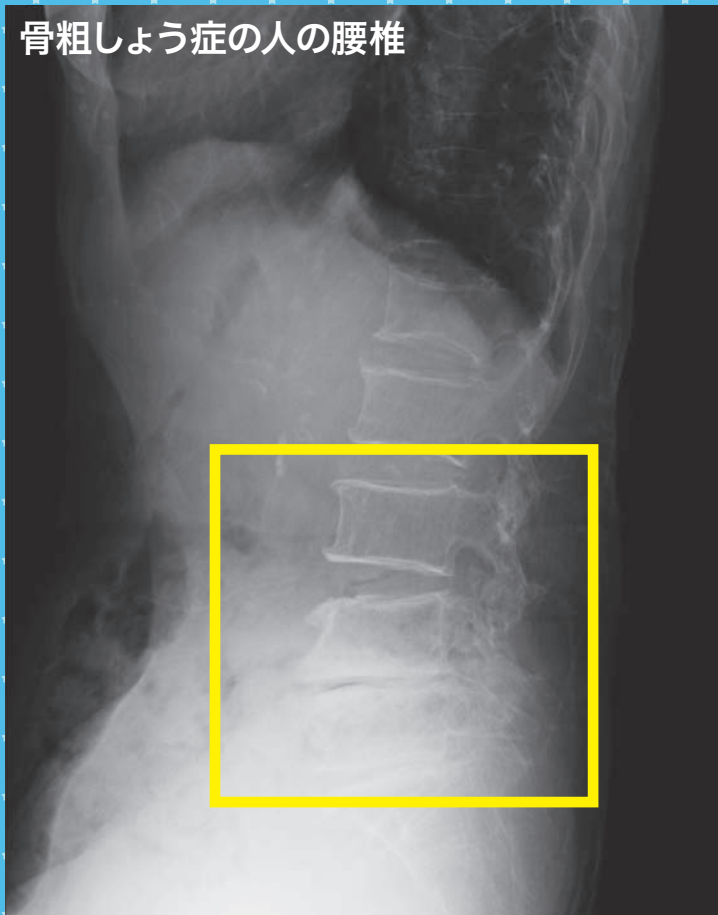
拡大すると…



正常な人の腰椎は、きれいに、
四角のかたちをし、骨の間に隙
間があるのが分かりますね。



骨粗しょう症の人の腰椎



拡大すると…



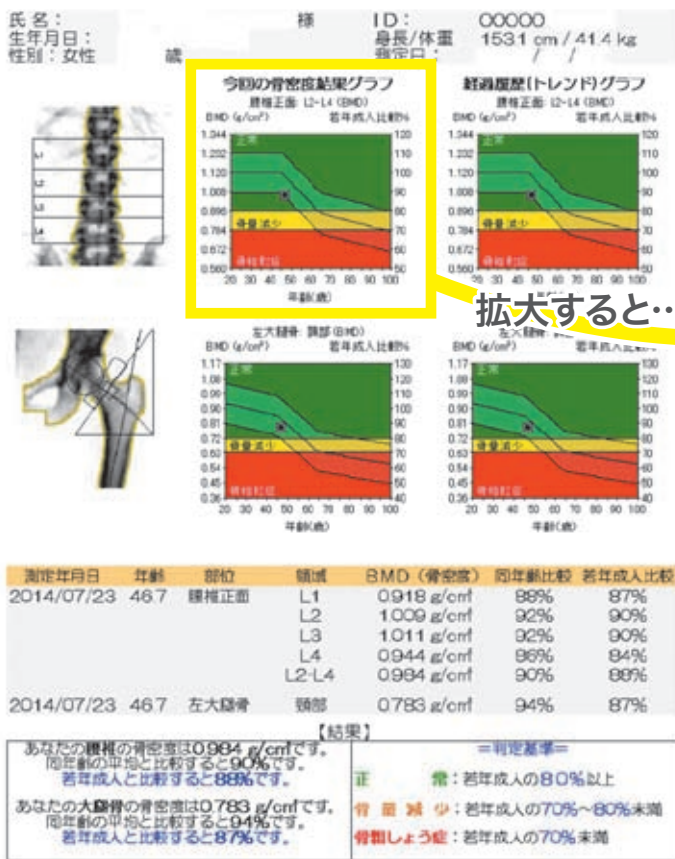
骨粗しょう症の人の腰椎の一部
の骨は変形して、骨と骨の間が
狭くなっていますね。



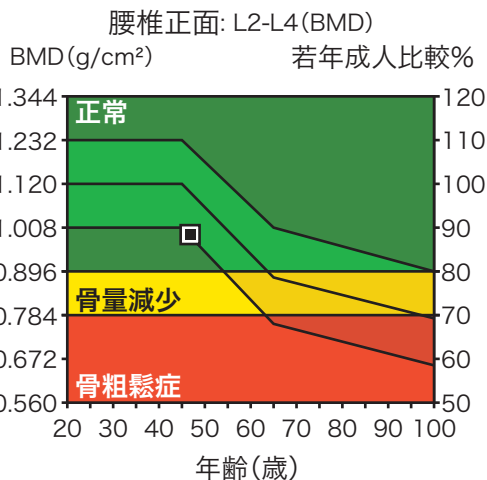
骨密度の検査で見ると？

実際の検査で、どう違うのか正常な人と比べてみよう！

正常な人の骨密度の結果



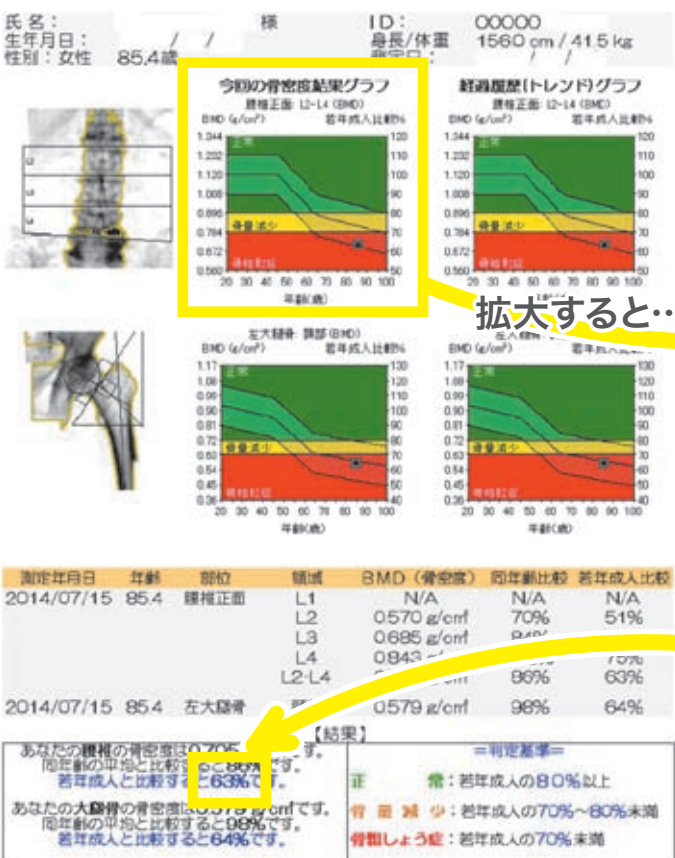
今回の骨密度結果グラフ



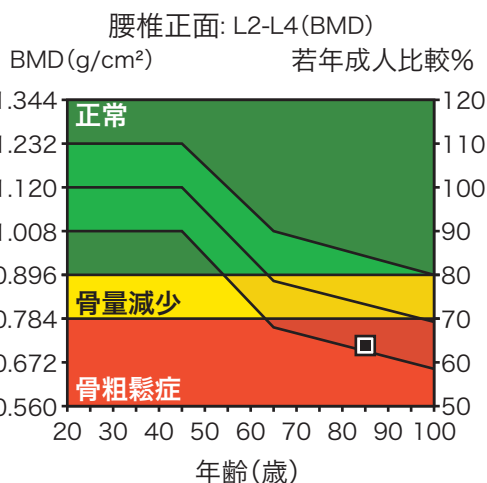
骨密度の結果、グラフを見ると、緑(正常)、黄色(骨量減少)、赤(骨粗しょう症)に表示が分かれています。骨粗しょう症の方は赤のラインに入ります。



骨粗しょう症の人の骨密度の結果



今回の骨密度結果グラフ



結果の数値が、70%未満で骨粗しょう症と判定されます。



口コモにならないために!!

骨粗しょう症を予防しよう

骨粗鬆症は骨の生活習慣病とも言われており、日々の生活改善が大切です。

食事の改善

骨の元となるカルシウム、その吸収を助けるビタミンDを多く摂取すること。乳製品・小魚・きくらげや納豆など。

(本誌、9~12ページもご覧下さい。)

適度な運動

日光の下でウォーキングなどの運動をしましょう。骨に適度な圧力が加わり骨が強くなります。動くことで全身の血流が良くなり骨の代謝が良くなります。また、筋力も鍛えられ転倒防止にもつながります。毎日続けることが肝心です。

(本誌、6~8ページもご覧下さい。)

タバコやお酒は控えめに

喫煙は胃腸の働きを抑え、カルシウムの吸収を抑制します。またお酒は利尿作用があるため飲みすぎると必要なカルシウムまで排泄されてしまいます。



骨粗しょう症川柳

『あらあなた

目線がわたしと 同じくらい』

『ちょっとだけ

つまずいただけ 寝たきりに』

『足腰の 強さが基本 人生は』



新企画 何でも勝手に ランキング

独断と偏見による!!

♡検査技師プレゼンツ♡

もしも…『宝くじで 1 億円 
当たったら、何に使いますか??』

1位 旅行



2位 家・別荘を建てる



3位 貯金する



4位 ローンを払う

5位 車を買う

いかがでしたか?
皆さん、割と堅実な意見
ばかり…为什么呢? (笑)
次回も…お楽しみに~♪



JCHO 福岡ゆたか中央病院 患者さま満足度調査

集計結果

当院の患者満足向上委員会(接遇委員会)では平成22年度より毎月、入院患者さまへアンケートを行っています。

これは入院患者さまの思いや不安・お困りのことなどを具体的に知り、私達職員が病院長の唱える“福岡ゆたか中央病院、心のこもったおもてなし(ホスピタリティ)”をより充実したものとして、実現・継続していけるように始めました。

内容は、「入院時の対応」「施設・入院生活について」「食事について」「医師について」「看護職員について」「その他の職員について」「病院の総合評価について」の7つの大項目と47の小項目についてアンケートを実施しております。集計結果をそれぞれの部署で分析し、改善策を考え、患者さまが入院生活をより快適に過ごして頂ける様に日々努力しています。

今回は、その中から5つの項目について、紹介させていただきます。

満足度の各設問は、以下のとおり、4段階の満足度回答を100点満点の数値に置き換えて平均点を算出しています。

4	満足(良い)	100
3	まあまあ満足(まあまあ良い)	75
2	やや不満(やや悪い)	50
1	不満足(悪い)	25

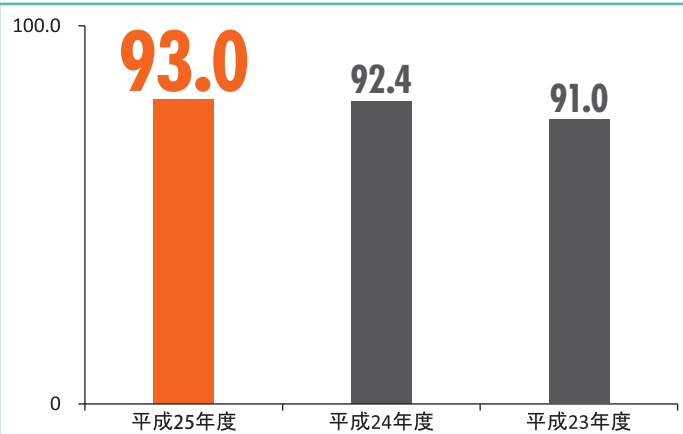
なお、集計にあたり、「無回答」は平均点の算出対象から除外しています。

福岡ゆたか中央病院について、総合的に満足していますか？

総合的な評価は医療・看護の質のみならず病院の施設整備や病院の雰囲気・職員全体の評価などさまざまな要因が関連しています。



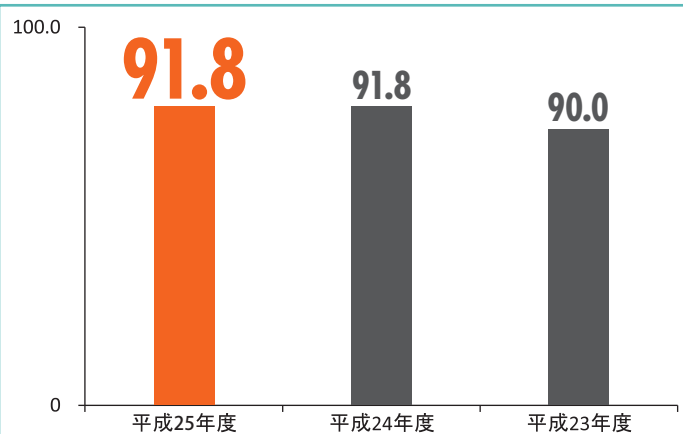
めざせ!!
95点!!



福岡ゆたか中央病院で受ける、今の治療(外来・入院)に満足していますか？

治療への満足感は、直接生命維持に関係する項目であり、どんなに入院環境が整っていても、職員の対応が万全であっても満たされるものではありません。「医療の質は誰が決める」という命題を反映する結果でもあります。

最重要項目として
努力してまいります!!

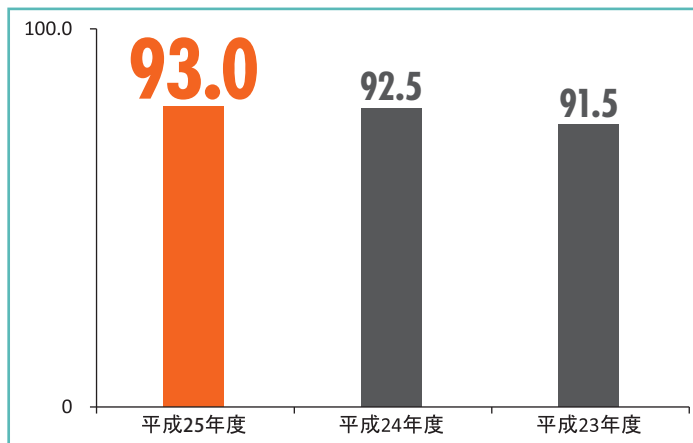


福岡ゆたか中央病院は安全な治療をしている

安全な治療が行われていると評価されている病院は医療・看護の質の保証がなければ評価されるものではなく、当院はその両面で信頼・納得されたうえで提供されていると考えます。



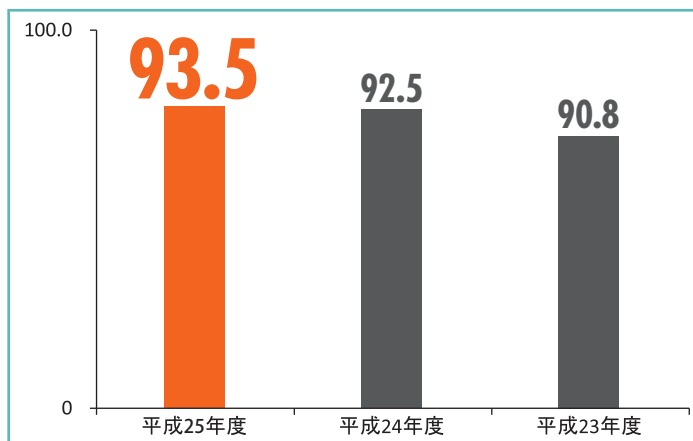
今後も安心安全な
医療を提供して
まいります!!



福岡ゆたか中央病院の医師や看護師の説明はわかりやすい

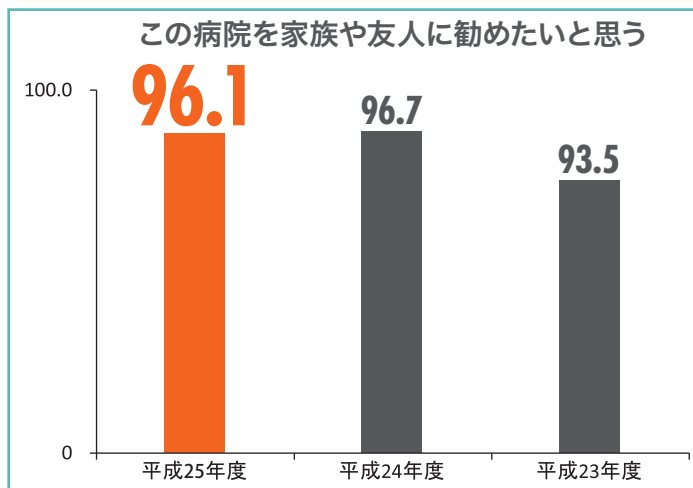
この項目に関する評価は、患者様と職員の信頼関係が良好であることの証であり、安全な治療・看護を提供していくうえで、常に留意していかなければならない事です。

不安や不明な点は
何でもお気軽に
おたずねください。

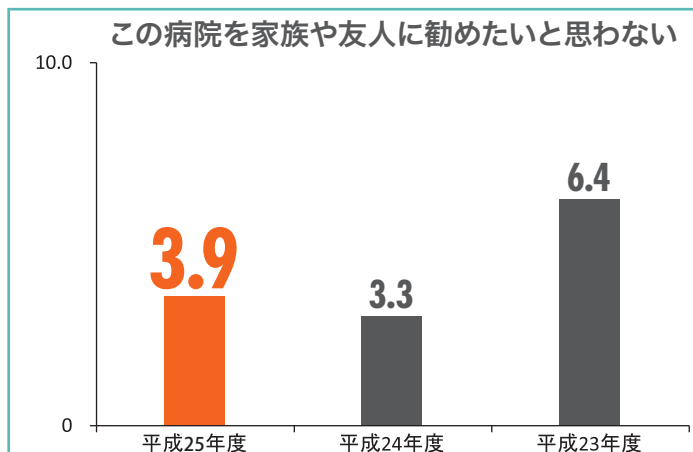


福岡ゆたか中央病院を家族や知人に勧めたい

全ての評価において、満足度が高くないと家族や知人に紹介したいという気持ちにはなりません。一度でも不快な思いをすると二度と受診したくないという気持ちになります。この項目も当院に対する評価を知る指標となります。今後も外来・入院患者様アンケートを継続して、当院を選んでいただけるように職員一同努力してまいります。



今後も選ばれる
病院を目指します。
よろしくお願いします。



管理栄養士
による
健康レシピ

疲れたカラダが元気になっちゃう!とっておき★

しょうが★はちミルゼリー

1人分 98kcal 塩分 0.1g

しょうがの栄養学

しょうがが体を温める!?

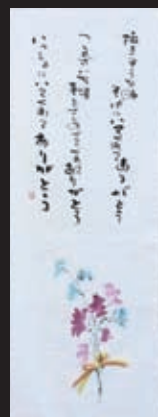
しょうがにはジンゲロールという辛味成分が含まれます。この成分には血行や新陳代謝を促進したり、発汗作用があります。またしょうがは加熱する事でジンゲロールがショウガオールに変化しより体を温めるそうです。



ホスピタルストリートギャラリー

大和青藍高等学校の歩み

大和青藍高等学校の歩み



材料 (2人分)

ゼラチン・・・4g
水(お湯)・・・40cc
牛乳・・・160cc
甘味料(砂糖)・・・14g(大さじ1)
【A】ソース(1瓶分)
しょうが・・・50g
はちみつ・・・100～120g
レモン・・・1個

作り方

【ソース】

- ① しょうがは半量はすりおろし、残りは千切りにする。レモンは果汁を搾る。
- ② 鍋にしょうが、はちみつ、レモン汁の半量を加え混ぜ、中火にかける。煮立ったら弱火にし、約3分煮る。
- ③ 残りのレモン汁を加え、混ぜて火を止め粗熱をとる。

冷めたら保存容器に移して冷蔵庫に入れ、2～3週間を目安に使い切ると良いでしょう。トーストやヨーグルトにかけても美味しいですよ。



【ゼリー】

- ① ゼラチンは水(お湯)でふやかしておく。
- ② 牛乳は鍋で沸騰させた後、火をとめ甘味料(砂糖)を混ぜいれる。
- ③ ②の粗熱をとって①を入れて溶かす。パットやカップに入れ冷蔵庫で固める。
- ④ 冷やし固まったら、ソースを上からかける。



毎週火曜日、開催中!

健康教室

参加無料

事前申し込み不要

午前10時30分より

ところ 4階デイルーム

11月11日
(火)

体に良い油

油の種類によって効果は様々!

11月18日
(火)

骨太になる食生活

骨粗しょう症予防のために、
摂ると良い食材をピックアップ!

11月25日
(火)

話題の食材、栄養法

TVや本で話題の食材や栄養法について

12月2日
(火)

動脈硬化について

放っておくと怖い動脈硬化。しかし
食事で予防する事もできます。

12月9日
(火)

塩分をとりすぎないための ワンポイントアドバイス

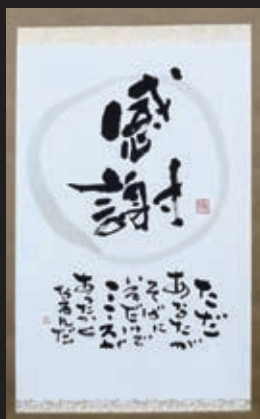
見えない所にこんなに塩分!?
毎日の工夫で減塩に。

お問い合わせ

栄養課まで

TEL:0949-26-2311(代)

ホスピタルストリートに展示したい方 募集中!!



当院では、ホスピタルストリートに写真や絵画、書などを展示して下さる方を募集しています。個人でもグループでも構いません。お気軽にお電話下さい。

掲示期間：1ヶ月ごと

※肖像権の侵害が生じないように、応募者の責任において必ず被写体の人物に公表の承諾を得て下さい。

◆ 問い合わせ先

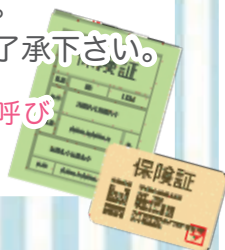
福岡ゆたか中央病院 総務課まで
TEL.0949-26-2311(代)

初めて受診される患者様へ

当院を初めて受診される患者様は緊急の場合を除き、当日の新患当番医が診察致します。

次回より専門医が診察致しますので、ご了承下さい。

※紹介状をお持ちの患者様を優先してお呼び致しておりますので、ご了承下さい。



診察のご予約および変更のお電話について

診察のご予約は3ヶ月以内に受診された患者様のみとなっておりますので、ご了承下さい。
お電話での予約は下記の時間帯のみにになります。

月曜日～金曜日	午後1時より 午後5時まで
翌日の予約のみ	午後1時より 午後2時まで

※土・日・祝祭日は予約および予約の変更を受付けておりません。



ご面会について

面会時間について

平日	午後1時より 午後9時30分まで
土・日・祝祭日	午前10時より 午後9時30分まで



お願い

- ◆ 面会の方は、なるべく少人数・短時間をお願いします。
- ◆ 小さなお子様は、感染防止のため特別の場合を除いてご遠慮下さい。
- ◆ 面会の方の病室内での飲食はお断りしています。
- ◆ 面会への配慮(希望されない等)が必要な方は、入院時にお申し出下さい。
- ◆ 病状によっては面会をお断りすることがあります。または、その時間を制限させて頂くことがありますので、ご了承下さい。
- ◆ 特別な事情により、時間外に面会を希望される方は、看護師にお申し出下さい。

診療案内



診療受付時間

内科・外科 整形外科	午前8時30分より 午前11時30分まで
眼科	午前8時30分より 午前11時まで
皮膚科	午後0時(正午)より 午後3時30分まで

休診日

土・日・祝祭日
年末年始(12月29日～1月3日)



※時間外および休診日の救急受診をご希望の場合はお電話下さい。(tel.0949-26-2311)

地域医療連携室ご利用下さい

fax.0949-26-2372(直通)

- ◆ FAXでの診療依頼の受付
- ◆ 電話での受診、入院、転院依頼の受付
- ◆ 受診報告のFAX送信、返書の郵送
- ◆ 紹介・逆紹介に関するデータ集計
- ◆ 他の医療機関、関係施設の情報収集
- ◆ その他、医療機関・関係施設との連絡調整窓口

staff



室長	副院長	松本 高宏
ソーシャルワーカー		浦田 恒夫
		谷口 恵子
		永田 健一
		橋垣 崇則
		山本 香須美

事務

読者の皆様のご意見を
もとに、より充実
した広報誌を目指し
ます。





独立行政法人 地域医療機能推進機構

お電話下さい ☎

☎.0949-26-2311

JCHO 福岡ゆたか中央病院 医師外来診療担当表

平成26年10月現在

診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	高血圧 心臓病	野田 松 本重 新患当番	松 本	重 藤 新患当番	野田 重 宮 藤 田	松 本 重 藤
	糖尿病	納 富	納 富		納 富 午後予約のみ	納 富 新患当番
	リウマチ 膠原病	中 塚 午後予約のみ	中 塚 新患当番	中 塚		田 中 第2のみ 中 塚 第2以外
	甲状腺・内分泌					鳥 本
	一般内科		齋 藤	齋 藤	齋 藤 新患当番	
	ものわすれ外来			輪 田		
心療内科						渡 邊
消化器科		鈴 山 新患当番	田 畑 大 野 第2・4のみ	金	船 田	金 新患当番
呼吸器科		犬 塚 川 上 午後予約のみ	川 上 新患当番	川 上 麻 生 新患当番	犬 塚 宮 崎	
外 科		小 野 石 井	新 山 藤 田	小 野 鬼 塚	新 山 石 井 成	藤 田 鬼 塚
整形外科		友 弘	友 弘	友 弘	非常勤	友 弘
		手術のため、受付時間が変更になる場合がありますので、ご了承下さい。				
眼科 要紹介状		永 富	永 富		永 富	永 富
皮膚科 午後のみ		春 山				吉 岡

※学会・緊急手術等で予定が変更になる場合があります。申し訳ございませんが、ご了承お願い致します。詳しい休診情報については、当院ホームページをご覧ください。※神経内科は平成26年7月より、医師不在のため当面の間休診させていただきます。

内 科				消化器科				糖尿病			
											
(病院長)野田 晏宏 (副院長)松本 高宏 重藤 由行 宮田 健二 田畑 寿彦 金 玗志 船田 摩央 鈴山 千恵 大野 眞由美 納富 威充											
呼吸器科				リウマチ		心療内科	甲状腺	一般内科	ものわすれ外来	眼科	
											
犬塚 悟 川上 覚 麻生 達磨 宮崎 直樹 中塚 敬輔 田中 良哉 渡邊 克己 鳥本 桂一 齋藤 昌大 輪田 順一 永富 智浩											
外 科						整形外科		皮膚科		放射線科	
											
(副院長)小野 洋 新山 秀昭 藤田 逸人 石井 泰 鬼塚 哲 松成 康生 友弘 慎一 春山 護人 吉岡 はるな 前岡 伸彦											

JCHO 福岡ゆたか中央病院の理念

理想的な地域包括ケアを実現することで、病む人と職員が幸せになり、地域社会が健やかに栄える病院を目指します。

基本方針

1. 病む人の立場に立った医療を提供し、選ばれる病院となります。
2. あらゆる診療情報を病む人と共有し、地域医療機関と連携します。
3. 医療、保健、福祉の総合的基幹センターとして、「地域包括ケアの医療の要機能」を発揮します。



日本医療機能評価機構

私たちは日本医療機能
評価機構の基準を
クリアした認定病院です。

日本医療機能評価機構 病院機能評価 Ver6.0 認定



独立行政法人 地域医療機能推進機構

JCHO 福岡ゆたか中央病院

〒822-0001

福岡県直方市大字感田523番地5

TEL 0949-26-2311(代)

<http://fukuoka.jcho.go.jp>

JCHO 福岡ゆたか中央病院

検索

