



救急指定 日本医療機能評価機構認定病院

日本医療機能評価機構  
認定第3rdG:Ver1.1号

# ふれあい

Fukuseikai Hospital  
Public relations magazine

vol.48  
2021年  
新春号

## 福西会病院広報誌

ご自由にお持ち帰りください。

### 特集

福西会病院  
循環器内科部長  
インタビュー  
「救える命をキチンと救う」

## 新年のご挨拶



福西会ニュース

- ◎第27回 院外講座を開催しました
- ◎オンライン面会を開始しました!
- ◎新入職医師紹介



部署紹介

地域包括ケア病棟(3階)



栄養ニュース

年末年始の食事について



リハビリニュース

外出自粛期間の体力低下が気になる方へ



ホームページ  
QRコードでアクセスできます。  
<https://fukuseikai-hp.com>

2021  
令和3年

明けましておめでとうございます。  
今年もよろしくお願ひ申し上げます。

## 福西会病院と新型コロナ感染症

新年明けましておめでとうございます。今年もよろしくお願い申し上げます。

昨年の2020年は、1月から始まった新型コロナ感染症(COVID-19)が世界中で多くの犠牲者を出し、日本においてもその第3波の襲来によりコロナ病床のひっ迫が報じられ、一部の病院に自衛隊の看護官出動の事態となりました。古来より人類生存の戦いの一つに感染症があり、現在、まさにそれに直面しています。過去の国同士の悲惨な戦争では個人の努力だけでは生存できませんでしたが、新型コロナ感染症は、個々人が自ら努力すれば病気にかかりず、そして生存できる可能性が十分高い感染症です。一方で、私たちのような急性期病院のあり方も問われています。

全国民的な手洗い・手指消毒や3密回避、そして不要不急

の外出自粛などの新型コロナ感染症対策により、その感染の広がりを低く抑え込める可能性があります。これらの感染対策により耳鼻科や小児科だけでなく急性期病院でも感染症疾患が減少しています。これは、今後の急性期病院のあり方に一つの方向性を示唆します。それは、病院での永続的な感染対策だけでなく、患者さんとご家族の病院内での受診や面会の行動様式にも及びます。当病院内では感染予防のために、

- ◎疾患別に歩く導線や受診時間帯を分ける。
  - ◎風邪・発熱の受診を予約制にする。
  - ◎オンライン診療を強化する。
  - ◎ご家族の面会のルールを設ける。等々に取り組みます。
- これらはどれ一つとっても皆様のご協力なくして達成できない内容です。ご理解の程よろしくお願い申し上げます。



福西会病院 院長  
山下 裕一



福西会病院 副病院長  
不破 功



福西会病院 副病院長  
篠原 徹雄

百年に一度のパンデミックを経験した世界は、いまだ収束しないこの感染症の中で新年を迎えることとなりました。猛威を振るうウイルスの前に、私たち人間の力は限りあるものであり、自然界の苛烈さを痛感させられた昨年でした。

「満員の野球場の歓声」「インバウンド客に溢れた繁華街」…当たり前だったあの風景が、今ではもはや懐かしいものになってしまいました。しかし、いつかは再び戻って来るでしょう、あの活気のある日常は。

この不自由な社会の中においても、日々のカレンダーはめくられていきます。医療も絶え間なく必要とされています。この災禍をうまくやり過ごしながら、今年もきちっとした医療を提供していきたいと考えております。

新型コロナウイルス感染症(COVID-19)も、わが国で初の感染者が報告されて以降1年近くが過ぎました。この十分に解明されていない厄介なウイルスに関しては、当院も多くのこと学び経験も積んできました。

そのような中で、当院では地域の他医療機関と連携し2次救急医療機関として年間約2500件の救急搬送を受け入れており、救急の要としての地域医療を目指しています。COVID-19の患者数増加による病院機能の低下を抑制するためには、皆様の何よりもご支援ご協力が不可欠でございます。皆様もお気づきかと思いますが、医療機関でクラスターが一旦発生すると長期に亘って終息しません。

当院のような救急病院でクラスターが発生すれば、病院機能が果たせず、この地域の救急医療が崩壊することになりかねません。何としても院内感染を防ぐべく、皆様に安心して検査・治療を受けて頂く為にも、現在行っている玄関での検温チェック、全手術患者さん(全身麻酔下)への術前PCR検査、新たな入院患者さん(救急搬送例も含む)に対する感染予防体制は引き続き徹底的に継続していく予定ですので、ご理解ご協力のほどお願い申し上げますとともに、今年もどうぞよろしくお願ひいたします。

# 福西会病院 循環器内科部長インタビュー

## 「循環器内科を知る!」

当院の循環器内科は3名の常勤医師から編成され、

心臓や血管に係る様々な疾患に対応しています。

今回は循環器内科部長である児玉直医師にインタビューを行いました。

### 当院を受診される患者さんの 主な年齢層、性別、症状などを教えてください

**児玉** 性別差はありませんが、年代としては70代以上の中高齢者が多いです。90代の方も割といらっしゃいますよ。ご自身で外来診療に来られる方では、息切れや動悸などを訴えられることが多いです。比較的若い患者さんでは、会社の健康診断などで高血圧で引っ掛かった方なんかもいらっしゃいますね。急患では、ご自身で病院に来ることが困難な程の胸痛を訴えて来られる方が多い



です。この場合、大体は狭心症や心筋梗塞などですね。こういった患者さんへのカテーテル検査や治療は、当循環器内科の得意とするところです。

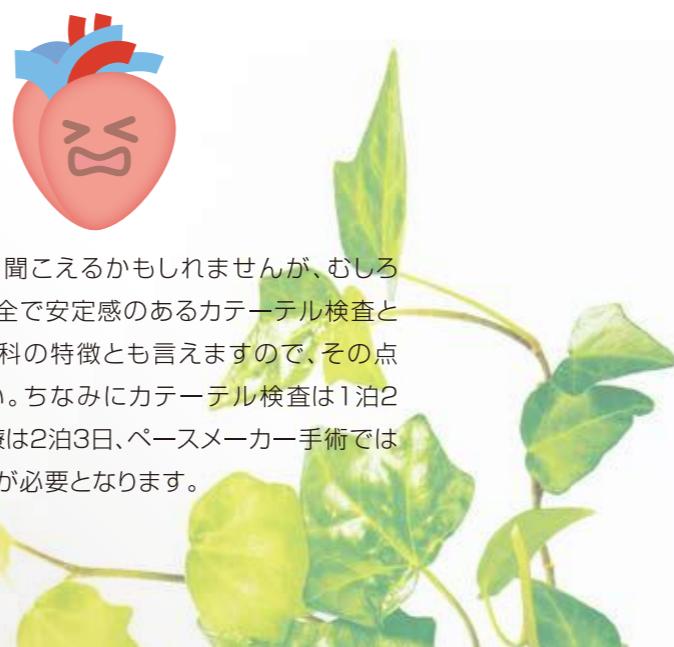
### カテーテルの検査や治療とは どのようなことを行うのですか?

**児玉** カテーテルとは簡単に言えば細いストローのような管のことです。カテーテル検査では、血管の中に細いカテーテルの管を入れ、造影剤を注入してレントゲン撮影を行い、血管の詰まっている箇所を探します。検査で該当箇所を発見できたら、今度は検査の時より少し太めのカテーテルを挿入し、バルーン(風船)を用いて血管を広げ、ステント(金属の筒)を留置して血管を

補強し、血流を確保する治療を行います。この検査や治療は狭心症や心筋梗塞だけでなく、高齢者に多くみられる下肢閉塞性動脈硬化症をはじめとした血管疾患に対して広く適応されます。ステントの留置後は基本的に取り除くことはありませんので、外来にて血液をサラサラにする薬を処方しながら、経過観察を行います。

### 循環器"内科"という言葉の印象から、 投薬での治療のみを行うような印象もありますが、 外科的なことも行っているのですね

**児玉** 外来で来られる方の治療は投薬が中心にもなりますが、急患に対してはすぐに処置を行わなければ間に合いません。当院では不整脈の方に対してペースメーカー植込み手術を行うこともありますし、循環器内科とは言うものの半分外科のようなものですね。半分だけ外科と言うと、心臓外科を標榜する病院



と比べて頼りなく聞こえるかもしれません、むしろ急患を含めた"安全で安定感のあるカテーテル検査と治療の提供"は当科の特徴とも言えますので、その点はご安心ください。ちなみにカテーテル検査は1泊2日、カテーテル治療は2泊3日、ペースメーカー手術では1週間ほどの入院が必要となります。



### 循環器疾患を予防する 生活習慣を教えてください

**児玉** 禁煙、適度な運動、お酒はほどほどにして、肥満にならないこと…よく耳にするような基本的なことばかり

ですが、皆さんイメージする健康的な生活習慣を身に着けることが、最も効果的な予防方法です。

### 最後に患者さんに一言、 お願いします

**児玉** 動悸、息切れ、胸の違和感などがある方は、お気軽にご相談に来てください。ご高齢の方にも分か

りやすく説明を行うよう心がけております。

### 循環器内科 医師紹介

KODAMA  
SUNAO

こだま すなお  
**児玉 直**  
循環器内科部長



### 医者を目指したきっかけ

親が医者だったこともあり、子供のころから自然と医者を目指すようになりました。私の家は内科だったのですが、研修医時代に見たカテーテルの検査や治療に興味を覚え、循環器を専門とすることにしました。

### やりがい

緊急の処置で患者さんの命を救えた時などは、やはりこの仕事をしていてよかったと実感します。

### 理念

「救える命をキチンと救う」

### 休日の過ごし方

二人の子供と公園などで体を動かすことが多いです。子供の内の一人は小学生で、もう一人は18歳になりますが、未だに私と遊んでくれます。

### 趣味

最近は某動画配信サービスで「平成仮面ライダー」を視聴することにハマっています。イチオシのライダーは、佐藤健くん演じる「仮面ライダー電王」です。

## 第27回 院外講座を開催しました

令和2年11月19日(木)、四箇田公民館にて院外講座を開催しました。

自宅で過ごす時間が増え、外で身体を動かすことが少なくなった方も多いと思います。今回は、「自宅でできる筋力トレーニング」と題して、リハビリテーション科の土屋恵睦よりお話をさせていただきました。筋力トレーニングは無理なく始められるものから実践し、習慣化することが重要です。講演では、家にあるものを使って、いくつかのトレーニングを行いました。◎



### 地域医療連携室



この講座は、四箇田公民館「しかたカレッジ」のお時間を借りました。公民館の方々、参加された方々皆様が感染対策に配慮いただいたことで、安心かつ楽しい時間を共有することができました。

## オンライン面会を開始しました!

新型コロナウイルスの感染防止対策として、院内でのオンライン面会を開始しました。

当院の1階面談室よりタブレット端末を介して、入院中の患者さんとテレビ電話で会話ができます。

**事前にお電話又は直接、当院1階総合受付にてご予約が必要です。**

### 【予約受付時間】

○月曜～金曜日(平日のみ) 8時30分～16時30分

予約受付は1週間前から前日の正午まで

※当日の予約はできません。

予約状況によっては、ご希望に添えない場合がございます。

### 【面会者】

**キーパーソン(夫婦又は親族)の方に限ります。**

面会は1回につき3名までに制限させていただきます。

1患者さんにつき1週間に1回、5分程度

入館時検温で、37.5℃以上の方は入館できません。

来院される際は、必ずマスクの着用をお願いします。

### 【面会時間】

○月曜～金曜日(平日のみ)

13時30分～14時30分(3階病棟、4階病棟にご入院の患者さん対象)

14時30分～15時30分(5階病棟、6階病棟にご入院の患者さん対象)

※時間帯で面会できる病棟を分けていますのでご注意ください。

### 【面会場所】

○1階 面談室

ご予約・お問い合わせ先

TEL.092-861-2780 事務部

## 部署紹介

### 地域包括ケア病棟(3階)の紹介

地域で暮らす人々を、病院内のスタッフや、地域で様々なサービスを提供されている事業者の方々とも協働して、生活、医療、看護の面から支えていきます。



患者さんの  
退院へのプロセスを考え  
支援を行います!

### 新入職医師紹介

#### 呼吸器外科

もりなが まさふみ

**森永 真史 医師**



10月1日より、呼吸器外科に  
森永 真史(もりなが まさふみ)医師  
が入職いたしました。

「呼吸器外科の森永です。よろしくお願いいたします。  
わたしも医師になって34年が過ぎました。今年還暦です。  
日本人は長生きになりました。90歳以上の方がたくさん  
います。小生の父も93歳です。超高齢社会を迎え、人生の  
質、つまりQOL(quality of life)を良い状態で維持する  
ことが、良い老後を過ごす上で重要だと思います。

健康寿命を重ねていき、来たるべき人生のゴールを健やかに  
を迎えることができるか?今後のわたしの医師人生は、患者  
さんを病院にばかりいてもらうではなく、ご家族と過ごす  
時間、周囲の同世代のかたと過ごす時間を少しでも多く楽しん  
でいただけるような下支えをすることに心を配ればと思  
います。

患者さんのQOD(quality of death、人生の最期のあり  
かた)が納得のいけるものになるように、皆さんをサポート  
していきたいと思っております。」

### 職員 インタビュー

3階病棟 主任  
**柴原 恭子 さん**

#### 職歴

福西会病院に入職して13年になります。



仕事に対して心がけている事ややりがい  
多職種と協働して、患者さんの退院支援に携われ  
ていることにやりがいを感じています。患者さんの  
“どこでどう暮らすか”という意思決定支援に関わ  
りながら、日々必要な看護を提供できるよう、一生  
懸命頑張りたいと思っています。

#### 趣味

温泉めぐり

今は、自粛中ですが、熱いお湯が大好きです。

患者さんの  
気持ちに寄り添い  
頑張って  
いきます!

# 栄養ニュース

第38号

本格的な冬の到来を迎え、寒さのきびしい日々が続いているますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか?年末年始は、忘年会やクリスマス、お正月などの行事が続き、日頃から正しい食生活を続けていても、この時期は、暴飲暴食や運動不足になりやすいため、生活のバランスを崩しやすくなります。そこで、今回は年末年始に注意する食事のポイントを紹介します。

## 年末年始の食事の特徴

年末年始によくあるイベントとして、クリスマスでは、フライドチキンやケーキなどを食べる機会が多く、高カロリーで、脂質や糖質が多い食事となります。また、お正月のおせち料理は、料理を長持ちさせるために、塩分や糖質が多くなっています。



## 脂質や糖質、塩分を摂り過ぎると…

脂質を  
と  
摂り過ぎると

血液中の中性脂肪とLDL-コレステロールが増えてしまい、HDL-コレステロールを減らしてしまいます。悪玉コレステロールといわれるLDL-コレステロールが血中に過剰に存在すると、血管の壁にコレステロールがたまり血管が硬くなったり詰まつたりすることで、動脈硬化を進行させる原因となります。逆に、善玉コレステロールといわれるHDL-コレステロールは、血管の壁にたまつたコレステロールを肝臓に戻してくれることからこのように呼ばれています。

脂質の多い食品 動物性食品の豚肉や牛肉、バター、マーガリン、ナッツ類に多く含まれます。



糖質を  
と  
摂り過ぎると

食後、血液中にブドウ糖が過剰に増えます。余分なブドウ糖は肝臓に取り込まれますが、過剰になると取り込みが追いつかず、血糖値が異常に高くなってしまいます。血糖値が高い状態が続くと血管に様々なストレスを与え、心筋梗塞、脳梗塞のリスクを高めます。

糖質の多い食品 お餅やめん類、パンなどの穀類を使った食品、お菓子、果物、おせち料理の黒豆や甘露煮など



塩分を  
と  
摂り過ぎると

血液中の塩分濃度が高くなります。人間の身体は、塩分濃度を一定に保つために、腎臓が働き、身体に水分を多くためこんでしまいます。水分を多く蓄えた血管はパンパンに膨らんで、大量の血液を流すために、強い圧力が加わるようになります。その結果、高血圧を引き起しまいます。また、高血圧の状態が長く続くと、血管に負担がかかり、ダメージを受けて、硬くなったり、もろくなってしまいます。この状態を「動脈硬化」といいます。

塩分の多い食品 おせち料理の練り製品や数の子、ごまめやこんぶなどは塩分が多く含まれています。



## 食事のポイント

### ①よく噛んで食べる

よく噛んで食べることで、唾液がたくさん分泌されます。唾液には、アミラーゼとよばれる消化酵素が含まれ、胃腸で食べ物の消化吸収を促進する働きがあります。また、噛む回数が多くなることで、脳にある満腹中枢が刺激されて満腹感が得られるため、食べ過ぎを防ぐことができます。

### ③脂質の内容を見直す

脂質には、悪玉と善玉のコレステロールがありますが、動物性食品である豚肉や牛肉、バターなどを摂り過ぎてしまうと、悪玉コレステロールを過剰に増やしてしまう原因になるので注意しましょう。また、青魚などに多く含まれる「DHA」や「EPA」という脂質や植物性油脂に含まれる脂質は、必須脂肪酸といわれ、人の体内で合成できない脂肪酸を含みます。これらは、善玉コレステロールを増やしたり、悪玉コレステロールを減らす役割を持ちます。食事の際は、お肉に偏らず、お魚を選ぶなど、脂質の内容も見直してみると良いでしょう。



### ②バランスよく食べる

お餅やご飯だけ、おかずだけなど、偏らず、主食(ご飯やお餅、めん類などの炭水化物を含む食材)、主菜(肉・魚、卵などのたんぱく源となるもの)、副菜(野菜類、きのこ類、果物などビタミンやミネラルを多く含む食材)を意識してそろえると、栄養バランスも良くなります。

### ④野菜や海藻類、きのこ類を摂る

これらの食品には、食物繊維を多く含み、コレステロールの吸収を抑えたり、血糖値の急上昇を抑える効果があります。また、カリウムを多く含み、摂り過ぎた塩分を体の外に排出する役割もあります。そのため、食事に野菜の小鉢を1品追加してみて、1日350g(目安は小鉢を5皿分)を目標に積極的に摂りましょう。



### ⑦お酒は適量を知る

1日の飲酒の目安は、純アルコール量で、20~25g程度です。ビールは中ビン1本(約500ml)、日本酒は1合(約180ml)、焼酎は0.6合(約110ml)、ウイスキーはダブル1杯(約60ml)、ワインは1/4本(約180ml)です。飲み過ぎに気を付けることに加えて、お酒を飲まない休肝日を作り肝臓をいたわりましょう。



### ⑤時間を決めて食べる

こたつでみかんやお菓子など、だらだらと食べていると、つい食べ過ぎてしまいます。なるべく時間を決めてることで、メリハリをつけ、食べ過ぎを防ぎましょう。また、時間を空けることで、消化器官を休める効果もあるのでおすすめです。



### 最後に…

特別なイベントや行事が続くと、楽しい雰囲気の中で、つい食べ過ぎてしまいます。しかし、「この時期だから仕方がない」とあきらめるのではなく、ちょっとした工夫で上手に食事を楽しみましょう!今年の、一年のはじまりに、もう一度自身の生活リズムや食事を見直してみてはいかがでしょうか?



# リハビリニュース

知るとうれしい♪



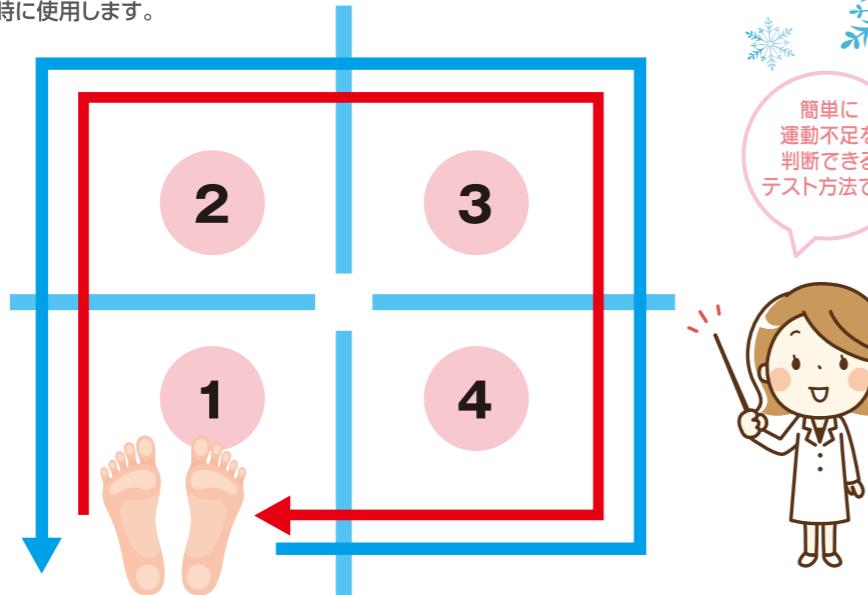
## 外出自粛期間の体力低下が気になる方へ ~Chapter1~

全国でまた新型コロナウイルスの感染拡大が起こっています。なかなか安心して外出ができない毎日が続き、すっかり運動不足になられた方々も多いのではないでしょうか。「以前に比べると身体が弱くなったかも…」と思われる方は、是非今回紹介するテストをお試しください。最近開発された、four-square-step-test(FSST)というテスト方法です。これは立ち座り、歩行などに必要なバランス能力を測る時に使用します。



リハビリテーション科  
課長  
土屋 恵睦

いつでも  
どこでも  
レッツ  
チャレンジ♪

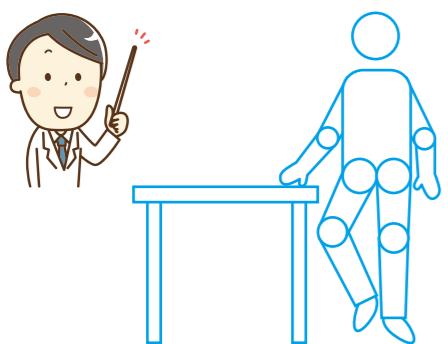


図のように杖などの棒を十字に並べ、4領域に分けます。4つの領域を棒に触れることなく、できるだけ早く、**1→2→3→4→1→4→3→2→1**の順でそれぞれの領域に両足がつくように移動する時間を測定します。

15秒以上かかってしまったら要注意!!転倒リスクが高いといわれています。

日常生活の中で、ふらつきなどが起こっているかもしれません。

そんな方は、片脚立ちの運動を1日3回、1回1分行うことでバランス能力の低下を防ぎましょう。



運動時は必ずつかまるものがある場所で行ってください。  
ふらつきが強い場合は、  
テーブルなど安定したものにつかりながら行いましょう。

# うちのペット 紹介します

Vol. 4

## 「レオの気持ち」

ぼくがここにきたのは、5年ほど前だった。それまで同居人は県内の色々なお家(専門店)をまわって、ぼくの家にも4回ほど通ってぼくと同居することになった。同居人はぼくの名前をどうするか、かなり悩んだ。いろんな名前でぼくを呼んで反応をみていた。結局、レオになった。なんでも、ジャングル大帝からとったらしい。耳の後ろ髪がライオンのたてがみみたいになっていたらしい。たぶん寝癖?

同居人はぼくがしてほしいことが解らない。同居人の日課はブラッシング、(毛球症予防の)おなかのマッサージ、部屋んぼ、もちろん食事の準備をぼくにすること。忘れているときは鼻をぶうぶう鳴らしたり、足ダンしたり、ケージを齧ったりして教えてあげる。時々、忘れるからいけないんだ。この前も、なかなか夜寝ないから早く休むように足ダンして教えてあげた。同居人の世話も大変だ。



他にもお魚(白メダカ)、エビ(ミナミヌマエビ)がいる。同居人とお魚の付き合いは、ぼくより長いらしい。時々、妬ける。

ぼくの願いは、同居人がキッチンと食事を定期に準備してくれ、最低1時間の部屋んぼ、できるだけ長くな続けてくれることだ。だけど月に1回ぐらい行く、爪切りは止めてほしい。同居人はぼくが時々爪を折ったりするから心配しているようだが、余計なお世話だ。そのついでにぼくの体重測定が毎回ある。そこで増えている食事やおやつが減らされていく。理不尽だ。



白メダカ



ミナミヌマエビ

ぼくは、もうすぐ6歳。うさぎ社会ではシニア世代になるらしい。同居人にはもう少しほくを解って、いたわってほしい。そしたら、足ダンせずに夜ゆっくり眠らせてあげる。

余談、ぼくはジャージーウーリーといった種類のうさぎだ。ピーターラビットという有名なやつがいるが、それはネザーランドドワーフという種類になる。興味がある人は調べてくれ。

\*注：部屋んぼとはうさぎと同居している人がよく使う用語で、部屋の中でお散歩することをいう。他にもうさぎを散歩させる「うさんぽ」という用語も有名。

投稿者 レオ(5歳)



# 午前・午後の 診療担当医のご案内

詳しくはホームページで検索

福西会病院

検索



幅広い  
時間で  
受診可能

## 専門外来も午後に受診できます

要ご予約

禁煙外来・睡眠時無呼吸症候群外来・アレルギー外来・  
嚥下機能外来・フットケア外来

### 交通アクセス

#### 公共交通機関

地下鉄 →→→ 七隈線「野芥駅」にて下車(2番出口より徒歩1分)  
バス →→→ 野芥駅前にて下車(降りてすぐ)

#### 都市高速から

野芥ランプ → 福岡高速5号線・野芥ランプより、  
外環状線を直進「野芥口」交差点そば…約1分  
百道ランプ → 福岡高速1号線・百道ランプより国道263号線を  
直進約5km…約20分  
(西新～荒江～飯倉～千隈経由)  
福重ランプ → 福岡高速1号線・福重ランプより外環状線を  
直進4km…約20分  
(橋本～次郎丸～賀茂経由)

### 福西会病院 パーキングマップ



福西会病院の駐車場は周辺に  
第1、第2、第3、第5と新館の地下にあります。



### 無料送迎バスあります!

\*土曜日は午前便のみ。日曜・祝日は運休です。

受付 ☎ 092-861-2780

\*ご不明な点は受付にお尋ねください。

無料送迎バスのページ

QRコードでアクセスはこちらから

<https://fukuseikai-hp.com/hospital/access/bus-timetable>



社会医療法人福西会 福西会病院  
令和3年1月8日発行

病院電話番号 TEL 092-861-2780 FAX 092-861-2111  
開院時間 ● 平日／午前8時～12時 午後1時～4時30分  
● 土曜／午前8時～12時 午後休診  
10:00～4：00～17：00  
福岡市早良区野芥1丁目2-36

地域医療連携室直通 TEL 092-861-4585 FAX 092-861-4600  
● 日曜・祝日休診(但し、急患は24時間受け付けます)  
<https://fukuseikai-hp.com>

● 日曜・祝日休診(但し、急患は24時間受け付けます)