

日本医療機能評価機構認定



健・康・通・信

さくら病院の理念

愛の心と確かな医療技術を以って社会に奉仕する。

Vol. 66



1内科病棟師長  
福田 亜紀子

さくら病院に入職して25年が経ちました。江頭病院に入職し、看護学校と仕事を両立し看護師免許を取得しました。急性期病棟や回復期リハビリテーション病棟、緩和ケア病棟、通所リハビリテーションなど様々な部署を経験し、今年4月から1内科看護師長となりました。

これまでの経験のなかで、質の高い看護を提供するためには看護師の育成が必要だと痛感しています。新人看護師の教育は必然ですが、中堅看護師の育成は新人看護師を教育することで、自己の成長に繋げていくことが出来ると考えています。なぜなら、教育という相互作用の中で自己を振り返ることが出来るからです。看護師は生涯学習を必要とする職業です。学習を継続することが、専門職としての自己研鑽に繋がります。「組織は人なり」ということから、私は看護管理者として人材育成を大切にしていきたいと思っています。病院の基本方針にも「人を大切にする」とあります。スタッフが育つことで患者様やご家族に対するケアや接遇など看護サービスの質が高くなり、ひいては病院の医療の質向上に繋がります。看護管理者として、看護師の育成により看護部を活性化して、地域住民の皆様が安心して医療が提供できるようにこれから努力していきたいと思っています。よろしくお願い致します。

## 新任ごあいさつ



医師 吉田 芽

こんにちは。4月よりお世話になっております吉田芽(よしだめぐむ)です。副院長の江頭省吾先生のご紹介で勤務させていただくことになりました。同じ九大の循環器内科の同門の後輩です。専門は循環器ですが、バリバリの循環器内科医というよりは、一般内科で循環器が得意という感じです。こちらでは主に健康診断や、人間ドックを担当させていただきます。ぜひ、各種健康診断を受けに来てください。皆様の健康のために、うるさいなと思われるもしっかり指導できればと思います。

前に働いていた病院が、戦前の建物をリフォームした非常に古い建物の病院でしたので、ピカピカの病院で働けて嬉しいです。絵などの美術品も多数飾られており、毎日美術館にいるみたいです。空気もきれいな感じがします。

微力ではありますが皆様のお力になればと思います。どうぞよろしくお願い申し上げます。



医師 岡島 幹篤

今年4月よりさくら病院内科に着任しております岡島幹篤(おかじまもとしげ)と申します。福岡大学病院脳神経内科の医局派遣という形で赴任して参りました。

大学病院ではパーキンソン病等の変性疾患、末梢神経疾患、脳梗塞等の脳血管疾患等を扱っておりました。さくら病院では内科疾患全般を診療させて頂いており、日々まわりの先生方に助けられながら診療をさせて頂いております。

大学病院では急性期しか、患者様に関わることはできませんでしたが、さくら病院では急性期、慢性期、回復期と長い期間に関わることが可能であり、急性期のみでは気づかなかったこともあり、非常に勉強になっております。

まだまだ未熟な身ではございますが、患者様一人一人に寄り添った温かい医療を提供できるように日々精進して参ります。どうぞ宜しくお願い致します。



看護師 野中 光代

4月からさくらユニットに配属になりました看護師長の野中光代と申します。私は、福岡赤十字病院に就職後、結婚後も3人の子育てをしながら、30年以上急性期医療に携わってきました。10年程前からは、がん治療関連の病棟や外来、がん化学療法室に所属し、外科、婦人科、泌尿器科、耳鼻咽喉科、脳外科、呼吸器内科、血液内科等のがん看護をおこなってきました。急性期病院でがん患者様の闘病に携わってきたことで、治療を泣く泣くあきらめ、緩和ケアに移行になった患者様やご家族の心情がよく理解できます。これまで学習した知識や技術、患者様との関わりの経験が、財産となり今活かされていることを実感しています。

50歳を過ぎて、看護師として働ける年数も残り少なくなりましたので、急性期以外の看護も経験したいと思い福岡赤十字病院を早期退職いたしました。今回、縁あって水城看護部長に声をかけて頂き、さくら病院でお世話になる事になりました。病院見学の際、職員の皆様がやさしい笑顔で挨拶して下さい、温かい雰囲気がとても好印象でした。

さくら病院の医療に貢献できる様に、微力ながら頑張りますのでどうぞよろしくお願い致します。



訪問看護師 堺 美佐代

3月から訪問看護ステーションでお世話になっております。訪問看護ステーションさくらの堺美佐代(さかいみさよ)です。看護専門学校卒業後は病棟で勤務し、平成14年より訪問看護ステーションで在宅看護に携わってきました。

住み慣れた家に訪問し、主治医や介護サービスと協力しながら個々に応じた看護を提供し、その結果利用者様に看護を喜んでいただいた事が訪問看護師としてのやりがいとなりました。また様々な利用者様に会い、たくさんの事を教えて頂きました。

最近私が訪問看護に関わり始めたころに比べ在宅医療や訪問看護に対する認知度がかなり高まってきており、制度も整ってきたように思います。今後はますます地域医療が必要になってくることかと思えます。これからも利用者様やご家族の気持ちに寄り添い自宅での療養生活を支援していきたいと思えます。

至らないところもたくさんあるかと思えますが、質の高い看護を提供し利用者様に選ばれるよう日々研鑽してまいりますのでよろしくお願い致します。



# 感染広報だより

## 新型コロナウイルス うつらない! うつさない! ～ これから私たちにできること ～

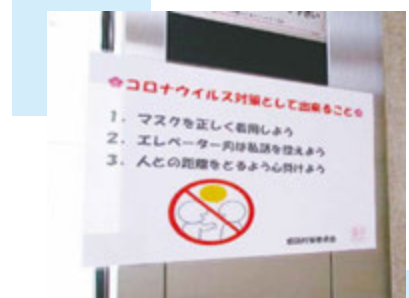
### ●当院での取り組みについて



厚生労働省が発行している感染防止についての内容を基に、当院でも感染対策委員会を中心に日々活動を行っています。患者様やご家族の方々にはご理解とご協力を頂きながら今後も感染防止に努めてまいります。



患者様が多く移動される場所に手指消毒液を設置しています。



エレベーターにポスターを掲示し注意喚起を行っています。

### ●手洗いについて

当院では『一処置 一手洗い』を基本として、“正しい手洗い”方法の指導を行っています。

#### 正しい手の洗い方



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗います。



手首も忘れずに洗います。

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

### ●これからの時期に気をつけること

#### ◆熱中症について

- ・暑さを避け、涼しい服装を身につけましょう。
- ・汗をかいていなくても水分をこまめにとり脱水に気をつけましょう。

#### ◆マスクについて

- ・マスクをつけている時は強い負荷がかかる運動は避けましょう。
- ・周囲の人との距離が十分に取れる場所では一時的に外して休憩をしましょう。

#### ◆エアコンについて

- ・熱中症予防のためにエアコン・扇風機等を活用しましょう。
- ・エアコンを付けていても部屋の空気の入替えの為に換気を行いましょう。



感染対策委員会

# 📢 コロナ太り対策

## 筋トレ

リハビリテーション科

筋トレをすることで基礎代謝が上がるので自ずと痩せやすい体を作ることができます。自宅でもできる簡単な運動を2つご紹介します。

### 1 スクワット

下半身には人体の約2/3があるとされており、スクワットは股関節周りの大きな筋肉を鍛えることができるのでお勧めです。

(また、筋肉をつけるとマイオカインという若返りのホルモンも分泌されるので美容にもお勧めです。)

**回数と頻度:** 10回×1~3セット程度を目安に無理のない範囲で行っていただければと思います。

**注意点:** 最初は椅子からの立ち上がりから始めても良いです。スクワットをする際には膝がつま先から出ないようにしましょう。



### 2 肩甲骨の運動

肩甲骨の周囲には脂肪を燃烧させる褐色脂肪細胞という細胞がありますので、肩甲骨を意識して動かす事で脂肪の燃烧を促進させます。

(室温を18℃くらいの環境で行うと更に脂肪燃烧が促進されるとの研究もある様です。)

**回数と頻度:** 10回×1~3セット程度を目安に無理のない範囲で行っていただければと思います。

**注意点:** 腕を動かす事よりも肩甲骨の動きを意識しましょう。

## 食事

栄養科

外出自粛で運動不足になったり、食生活が乱れ体重が増えたりする「コロナ太り」に焦っている人もいるのでは!しかし、食事を抜くだけの極端なダイエットは筋肉量が減り、免疫機能や代謝が落ち、かえって体調を崩し痩せにくい体質になってしまう事も!

そこで必要な栄養素の一つがたんぱく質です。たんぱく質は筋肉や免疫機能を作る材料となり体を維持するために大切な栄養素です。

お手軽にたんぱく質を補給できる食材として活用できるのがサバ缶です。サバ缶は良質なたんぱく質を含み、処理がいらす手軽に使用することができます。ただし脂肪を含んでいるので食べ過ぎに注意(1日1缶まで)が大切です。

サバ缶を活用したレシピをご紹介します。

これから暑さが続く夏は、肝臓へも負担がかかり、消化機能も落ちやすくなります。上手にたんぱく質を取り入れ体の修復をしましょう。献立で使用した生姜も辛み成分が胃液の分泌を促し消化吸収を助け、さらに梅干しを加えることでクエン酸による疲労回復の効果も期待できますね♪

コロナごもりが終わった後も夏の暑さに負けずすっきりとした体作りに心がけましょう。

### ★サバ缶の炊き込みご飯★



【作り方】(4人分目安)

①米2合を分量の水に30分浸水

②白だし大さじ2杯・おろし生姜大さじ1杯・

サバ缶1缶(身のみ)・油揚げ1/2枚(細切り)を

①に入れ炊飯

③炊けたらサバ缶の煮汁と漬した梅干し(量はお好みで)を混ぜ、千切りした大葉を飾って出来上がり♪

部署  
紹介

## 診療放射線科

診療放射線科では、肺炎や骨折などを調べる一般撮影検査(いわゆるレントゲン)、一般撮影検査よりさらに精密な体の断面の情報が得られるCT検査、磁気で画像を作るMRI検査、骨粗鬆症の診断に役立つ骨塩定量検査、病棟でのポータブル撮影、およびバリウムを使った透視撮影などの業務を担当しています。また時間外の緊急検査もオンコールで対応し、24時間体制で患者様の健康をサポートさせていただいております。

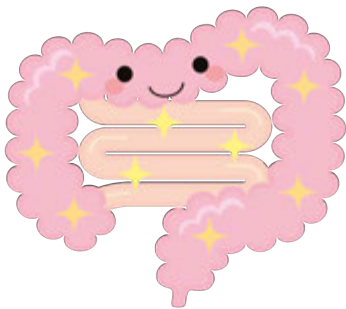
2016年の病院移転に伴い主要な機器を一新しました。そのため以前よりも短時間でより詳しい検査が可能となり、患者様からも好評です。

放射線…と聞くと不安に思う方も少なくないでしょう。しかしご安心ください。医療で使用する放射線は、患者様の健康を守るため、被ばくするリスクよりもメリットが上回ると医師が判断した場合のみ使用が可能となっております。いたずらに健康を損なうことはありませんのでご安心ください。

我々は、医師の指示のもと正確でより多くの情報を画像に落とし込むべく日々研鑽しております。十数年同じ顔触れでしたが、今年度より新たな仲間が加わりました。フレッシュな力でさらなるアップデートを目指します。



## ♡ 毎週月曜日はレディースデイ♡



### あなたの大腸は大丈夫？

がんの死亡率で大腸がんは1位ということをご存知ですか？便に血が混じる、便潜血検査陽性、貧血がある、血縁で大腸がんの方がいる、下痢・便秘を繰り返す、お腹の調子が悪いなどの症状はありませんか？検査を受けて早期発見に努めましょう。

「大腸カメラって恥ずかしい」  
そんな女性の声にお応えして…  
検査に関わるスタッフは女性のみ  
レディースデイを始めました！！  
この機会に検査を受けてみませんか？  
まずは主治医又は外来担当医へご相談ください。





こんにちは!

## 地域医療連携室です。 どうぞお気軽にご相談ください。

地域医療連携室(医療介護相談室)では、患者様・ご家族からの様々なご相談を承っています。

例えば、当院への入院のご相談・退院後の生活に対する不安・介護サービス等社会資源のご紹介・経済的な問題についてなど、一緒に考えさせていただきます。

また、患者様へ適切な医療が提供できるよう、地域の診療所や病院・施設・在宅サービス事業所等との連携に努めています。

どうぞお気軽にお声かけください。

### 地域医療連携室

TEL 092-864-1245

FAX 092-864-1213

受付 平日:9:00~17:00  
土曜日:9:00~12:30

担当者 室長 吉瀬  
副室長 松山  
看護師 井上  
医療ソーシャルワーカー 橋迫・足立  
事務 谷山



## 外来診察表

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	
午前	第1診察室	村上 祐一 内科/消化器内科	矢野 雅也 循環器内科	東 大樹 内科/糖尿病内科	中野 修治 腫瘍血液内科	江頭 省吾 内科/循環器内科	岡島 幹篤 内科/神経内科
	第2診察室	小田 晋也 内科/循環器内科	江頭 啓介 総合内科	江頭 芳樹 総合内科	岩崎 敬雄 リハビリテーション科	江頭 啓介 総合内科	江頭 啓介 総合内科
	第3診察室	江頭 省吾 内科/循環器内科	王寺 恒治 内科/消化器内科	秋満 俊介 内科/循環器内科	江頭 啓介 総合内科	王寺 恒治 内科/消化器内科	
	第5診察室	吉田 芽 健診/ドック	村上 修二 内科/心療内科	天野 角哉 内科/消化器内科	河野 智愛 内科/糖尿病内科	田邊 桃香 内科	東 大樹/大城 彩香 糖尿病内科
	第6診察室	楠原 浩之 内科/消化器内科	吉田 芽 健診/ドック	吉田 芽 健診/ドック	平野 涼介 呼吸器内科	吉田 芽 健診/ドック	吉田 芽 健診/ドック
	午後	第1診察室	天野 角哉 内科/消化器内科	江頭 芳樹 総合内科	王寺 恒治 内科/消化器内科	村上 祐一 内科/消化器内科	堀端 智子 内科/消化器内科
第2診察室		岡島 幹篤 内科/神経内科	山尾 有加 糖尿病内科	米良 英和 神経内科	江頭 啓介 総合内科	小田 晋也 内科/循環器内科	
第3診察室		秋満 俊介 内科/循環器内科	河野 博之 内科/循環器内科	吉田 芽 内科/循環器内科	江頭 省吾 内科/循環器内科	秋満 俊介 内科/循環器内科	
第5診察室		田邊 桃香 内科		村上 修二 内科/心療内科	中野 修治 健診/ドック	中園 智美 心療内科	
第6診察室		河野 智愛 内科/糖尿病内科	吉田 芽 健診/ドック	磯部 泰司 腫瘍血液内科	楠原 浩之 内科/緩和ケア内科		

## 病院までの交通アクセス

- 地下鉄七隈線/福大前下車1番出口より徒歩10分
- 都市高速/堤ランプより車で3分
- 車/天神より約30分(本館地下駐車場、本館東側に第2駐車場があります。)
- バス/西鉄バス(さくら病院前バス停下車)の場合
  - 天神方面より:協和ビル前のりば片江(当)行.....13番
  - 西鉄大橋駅より:.....外環700番
- 西鉄バス(西片江一丁目バス停下車)の場合
  - 天神方面より:警固神社・三越前のりば片江(当)行.....114番
  - 協和ビル前のりば片江(当)行.....12・140番
  - 西新・飯倉方面(脇山口)より:.....95番
  - 博多駅方面より:博多駅前のりば片江(当)行.....16番
  - 博多バスターミナル片江(当)行.....12・114番
  - 桧原・片江方面より:.....6・12・16・95・114・140番



医療法人社団 江頭会 さくら病院  
在宅医療介護センターさくら  
社会福祉法人 桜花会  
ライフケア大手門

サービス付き高齢者向け住宅  
ホスピコート長尾  
社会福祉法人 桜花会  
特別養護老人ホーム ライフケアしかた

住宅型有料老人ホーム  
アドバンスケア長尾  
社会福祉法人 桜花会  
ライフケア柏原