

ご自由にお持ち帰りください



福岡県済生会飯塚嘉穂病院 広報誌

# なでしこ散策

Nadeshiko Sansaku

2025

11

Vol.52



# インフルエンザについて

呼吸器内科部長 ふじひら 藤平 ともみち 智道



## 1. インフルエンザとは

インフルエンザは、インフルエンザウイルスによって起こる急性の呼吸器感染症です。毎年冬を中心に流行し、日本では例年数百人が感染するとされています。通常のかぜに比べて症状が強く、重症化することがあるため注意が必要です。

## 2. 主な症状

発症は突然で、38度以上の高熱、頭痛、筋肉痛や関節痛、強い倦怠感が出やすいのが特徴です。さらに咳やのどの痛み、鼻水などの呼吸器症状を伴います。子どもではけいれん、中高年以降では肺炎や心不全などの合併症につながることもあります。

## 3. 感染経路

主に「飛沫感染」と「接触感染」で広がります。くしゃみや咳で飛び散るしぶきに含まれるウイルスを吸い込んだり、手に付着したウイルスが口や鼻に入ったりして感染します。学校や職場など、人が集まる場所で伝わりやすいのが特徴です。



## 4. 予防方法

最も有効とされるのが「ワクチン接種」です。重症化のリスクを減らす効果が期待できます。また、手洗い・うがい・マスクの着用、部屋の換気や加湿も予防に役立ちます。十分な睡眠とバランスの良い食事で体調を整えることも大切です。

## 5. かかったときの対応

症状が出たら早めに医療機関を受診しましょう。発症から48時間以内であれば、抗インフルエンザ薬の効果が期待できます。安静にし、水分をしっかりと摂り、無理に出勤や登校をせず自宅で休養することが回復を早め、周囲への感染拡大も防ぎます。

# ダイアベティス(糖尿病)と ともに生きる社会へ

## 糖尿病の名称変更

### 「糖尿病」から「ダイアベティス」へ

ダイアベティス(糖尿病)は高血糖を特徴とする代謝疾患で、日本では約1,000万人以上の患者さんがいると推定されています。

しかし「糖尿病」という名称により、漢字の意味から「不摂生」「甘いものの食べすぎ」といった誤解が広がり、患者さんへの偏見(スティグマ)が深刻な問題となっています。

## ブルーライトアップ: 団結のシンボル

世界糖尿病デーは毎年11月14日に開催され、世界中の人々が糖尿病について考え、行動を起こす日です。この日は、インスリン発見の歴史を振り返り、患者さんを支える社会を作ることを目指し、世界中の有名建築物をブルーにライトアップし、糖尿病への意識を高める啓発活動を行っています。

糖尿病の正しい知識を広めること、早期発見と治療の重要性を周知すること、多様な人々が偏見のない社会でお互いに理解し合うことが大切です。

このように糖尿病の名称を「ダイアベティス」に変える動きは、患者さんを取り巻く偏見や誤解を解消し、病気との向き合い方をよりポジティブなものにするための取り組みです。また、世界糖尿病デーやライトアップ活動を通じて、病気に対する理解を社会全体に広めることを目指し取り組んでいます。



2022年に飯塚市役所をライトアップした時の様子

## 当院での取り組み

筑豊糖尿病療養指導士は、糖尿病患者さんの自己管理支援を目的とした専門家で、食事や運動、服薬などの生活習慣指導を行っています。糖尿病療養指導士の認定試験に合格した医師・看護師・リハビリ・薬剤師・管理栄養士・臨床検査技師など多職種が活動しています。歩いて学ぶウォークラリー大会や、世界糖尿病デーでは、今年は(11/12~14 ライトアップ時間 17時~21時)直方市のもち吉水車うどんの水車をライトアップする予定です。患者さんへのエールを込めてライトアップしますので、ぜひ訪れてみてください！

## 地域の防災研修会に参加しました

2025年9月22日穂波交流センターで開催された飯塚市居宅介護支援事業所連絡協議会防災研修会に当院のソーシャルワーカー2名で参加しました。飯塚市の災害特性として九州北部に前線が停滞し、西側から湿った空気の流入量が多い場合に大雨の可能性が高くなり、また市内の中心を流れる遠賀川の上流部で降水が発生すると氾濫の危険度も高まることを学びました。

研修会の中では、居宅介護支援事業所が地域ごとに分かれて、実際の利用者の避難を想定した災害机上訓練を実施しました。済生会飯塚嘉穂病院役として参加し、人工呼吸器管理が必要で一般の避難所での避難が困難な方の受け入れを行いました。大雨が降ったら、どのような移動手段が必要か、病院の周囲の危険箇所等を今までの経験から考えながら、病院への避難入院の受け入れを調整しました。避難直前で「自分は避難しなくていい、どうなってもいい。」と避難を拒否する方もあり、「災害の時どのように行動するか。」をご本人・ご家族・サービス提供者等と日頃の関わりの中で、人生会議を含めて話し合いを持つことが重要と感じました。他機関の方と連携を図りながら、「地域の中の済生会飯塚嘉穂病院のソーシャルワーカー」として、今後も活動していきたいと思っております。飯塚市居宅介護支援事業所の皆様ありがとうございました。

地域連携福祉事業課



研修会の様子

## 無料低額 診療事業 のご案内

無料低額診療事業とは、経済的な理由によって必要な医療を受ける機会を制限されることのないよう、無料または低額な料金で診療を行う事業です。対象となる方は、経済的な理由で医療費が払えない方です。申請の手続きの際は、医療ソーシャルワーカーがご家族のこと、生活のこと等を伺わせていただき、申請書の提出が必要となります。詳しくは当院の地域連携福祉事業課までお尋ねください。

## 飯塚嘉穂病院からのお知らせ

# いいしらせ



### 秋の演奏会を開催しました

9月24日、緩和ケア病棟と回復期リハビリテーション病棟で、秋の演奏会を開催しました。当院では、入院中の患者さんに季節を感じて元気になっていただけるよう、医師やリハビリスタッフで結成した院内バンド「K's music club」(ケースミュージッククラブ)が演奏しました。今回のセットリストは、Mrs. GREEN APPLEの「ライラック」、泰葉の「フライディ・チャイナタウン」など名曲ぞろいの4曲！なんとサプライズで院長も登場し、井上陽水の「少年時代」を熱唱。会場は「最高!」「素敵!」の声援でいっぱい。その後は患者さんとスタッフみんなで「ふるさと」を合唱。涙ぐむ方もいて、心がほっこり温まりました。そして…実はスタッフ、こっそりアンコールを期待して待機中!! 患者さんやご家族からもアンコールの声が上がり、みんなで「マツケンサンバII」を演奏&スタッフもダンスに参加。会場がひとつになり、自然と笑顔が広がる素敵な秋の午後でした。



### 芋ほり会を行いました

10月20日、リハビリ庭園において芋ほり会を実施しました。患者さんたちは、丁寧に芋を掘り起こしたり、芋づるの下処理などをしながら収穫の喜びを感じておられました。農作業を通じたリハビリは、身体機能の維持・向上だけでなく、心理面の安定や、病前に携わってきた作業へのやりがいの再認識、認知機能の賦活といった効果をもたらしています。収穫した芋は大きく立派に育っており、患者さんたちの笑顔が印象的でした。今後も四季折々の農作業を取り入れ、心身両面からのリハビリテーションを継続していきたいと思えます。



### 地域共創プロジェクト第1弾のご報告

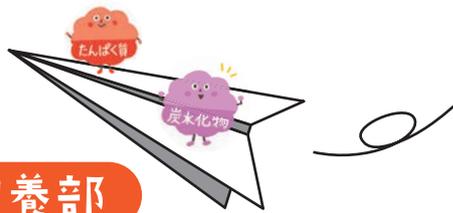
病院周辺の2市1町の事業者の皆様を中心に連携し、まちづくりに貢献することを目的とした「地域共創プロジェクト」を試行的に始めました。地域に根差した病院として、医療提供だけでなく地域経済の活性化などに「地域のため・患者さんのため・職員のため」に取り組んでいます。

第1弾として、10月15日に桂川で人気のベーグル屋「SUPER BAGEL」さんに院内で出店していただき、開始直後から予想をはるかに上回る反響で、約30分で完売という結果になりました。今後も「自然派・健康に配慮」をテーマに、多くの方が楽しめる企画に取り組みたいと思えます。



# 栄養だより

栄養部



## こうじ 麴調味料でつくる時短ごはん

こんにちは、栄養部です。「管理栄養士さんって家でも毎日手の込んだごはんを作っているの?」とよく聞かれますが、実際は仕事終わりの食事作りはできるだけ簡単に済ませたいと思っています。そんなときに頼りになるのが、発酵の力を生かした麴調味料です。私は5種類の麴調味料をまとめて作り、冷蔵庫に常備しています。

作り方は色々ありますが、発酵の温度管理ができる電気調理機器を使っているのので、素材・塩・麴を合わせて、スイッチを押し、数時間待つだけで完成するのでとても簡単です。最近は塩麴や醤油麴など市販のものも手に入りやすくなりました。今回は麴調味料のメリットと日常での使い方をご紹介します。

### 麴調味料のメリット

#### ①消化を助ける

麴にはでんぷんやたんぱく質を分解する消化酵素が含まれており、食材をやわらかくして消化吸収を助けます。

#### ②無理なく減塩ができる

発酵で生まれる甘みや旨みのおかげで、少ない塩分でも満足感のある味になります。

#### ③腸内環境を整える

発酵の過程で生まれるオリゴ糖や乳酸菌が腸内細菌のエサとなり、腸内環境の改善に役立ちます。

#### ④調理が簡単になる

「漬ける・和える・炒める」といったシンプルな使い方でも味が整うので、失敗が少なく時短になります。

### 各麴調味料とおすすめの使い方

**玉ねぎ麴** コンソメの代用、にんにく、ローズマリーとの組み合わせがおすすめ。

**香味野菜麴** 長ネギ・にんにく・しょうがを使った麴調味料で、中華だしの代用に。

**醤油麴** 醤油よりも旨みが強く、まろやかでコクのある味。お刺身や納豆などに。

**トマト麴** トマトケチャップより塩気があり、甘さ控えめな味で洋風の味付けに。チーズやバジルと合わせて肉や野菜のグリルに。

**塩麴** 基本の麴調味料で、肉や魚の下味や野菜の浅漬に。



※私は肉や魚の重量の約10%の麴に漬け込んでいます。2種類を合わせて使うなど、アレンジも楽しめます。

なすのグリル  
(トマト麴 + チーズ + バジル)



鶏肉のグリル  
(玉ねぎ麴 + にんにく + ローズマリー)

麴調味料を普段の生活に取り入れると、短時間で美味しい食事作りが可能です。ぜひ発酵の力を活かして、日常のご飯作りを楽しんでみてください。

(文責：管理栄養士 平湯 志苑)

## 飯塚市

令和7年度 飯塚市 人間ドック・特定健康診査連携事業 (特定ドック)

### 人間ドックと特定健診の同時受診がお得!

人間ドック費用が約1万円安くなります!



#### 概要

飯塚市の国民健康保険に加入中で特定健診対象者(今年度40歳になる人~75歳の誕生日前日まで)が人間ドックを受ける際に、**特定健診と共通している検査項目の費用の一部(約1万円)を飯塚市が負担**する事業です。**共通していない検査項目の費用(約3万~8万円前後)については、自己負担**ですのでご注意ください。また、今年度の特定健診を受診できる期間は、**令和8年1月31日まで**です。

#### ご利用方法

- 人間ドックと特定健診をあわせて予約する(予約時に同時受診すると伝えてください)。予約先: 済生会飯塚嘉穂病院 健診センターご相談窓口 ☎0948-43-8675
- 受診の際、特定健診受診券と**保険資格がわかるもの(※)**を提示する。→ **約1万円お得!**

※飯塚市の国民健康保険に加入中であることを確認するため、下記のうち①~④のいずれかをご提示ください。

- ① マイナンバーカードによるオンライン資格確認
- ② マイナポータルの保険資格画面の提示
- ③ マイナ保険証と資格情報のお知らせ
- ④ 資格確認書

飯塚市HP →  
特定健診のご案内



人間ドックの料金は、受ける内容や検査項目によって異なります。

## 嘉麻市

### クリスマスフェアを開催します

12/21(日) 10:00 ~ 15:00

冬の訪れを感じる12月、嘉麻市総合バスステーション「バス来る嘉麻」を会場に、心あたたまるクリスマスフェアを開催します。施設の待合スペースや広場を舞台に、キッズ向けワークショップ、地元飲食店の出店コーナーなど、多彩な催しをお届けします。

バス待ちの合間にホットドリンクや軽食を楽しむこともでき、親子やご家族でゆったり過ごせるひとときになります。バスをご利用の方はもちろん、地元の皆さまにもふらりと立ち寄っていただける地域交流の場となります。



## 桂川町

### ふるさと納税で桂川町を応援しませんか?

桂川町は、豊かな自然と歴史のロマンにあふれた町です。皆さまからのふるさと納税は、子育て支援や地域づくり、文化の継承など、さまざまな形で町の未来を支えます。お礼として、桂川町の特産品やこだわりの逸品を返礼品としてお届けします。

ぜひあなたの「ふるさと」として桂川町をお選びください!



▲町ホームページ



#### お問合せ

桂川町役場企画財政課企画広報係 (TEL 0948-65-1085)

# 外来診療担当医表

2025年11月1日現在

## 外来受付時間

**初診** 午前 8:30 ~ 11:00 ※急患の場合は、この限りではございません。

**再診** 再診の場合は「再来予約票」に記載の診療予約時間までにご来院ください。

※最新の情報や休診情報はホームページをご覧ください。

○：診察（予約優先） △：完全予約（事前にご相談ください） △※：原則予約

| 診療科・医師名    |              | 月     |    | 火     |       | 水     |       | 木         |       | 金              |                |
|------------|--------------|-------|----|-------|-------|-------|-------|-----------|-------|----------------|----------------|
|            |              | 午前    | 午後 | 午前    | 午後    | 午前    | 午後    | 午前        | 午後    | 午前             | 午後             |
| 一般内科       | 新患担当医師       | 有田 好之 |    | 永瀬 喜久 |       | 黒川 智美 |       | 永瀬 喜久     |       | 亀井 博之<br>島中 駿幸 | 亀井 博之<br>△再診のみ |
| 糖尿病内科      | 関口 直孝        | ○     |    |       |       | ○     |       |           |       |                |                |
|            | 迫 康博         |       |    | ○     |       |       |       | ○         |       |                |                |
|            | 有田 好之        |       |    | ○     |       |       |       | ○         |       |                |                |
|            | 徳島 礼実        |       |    |       |       | ○     |       |           |       | ○              |                |
|            | 有馬 直樹        | ○     |    |       |       |       |       |           |       | ○              |                |
| 膵臓内科       | 有田 好之        |       |    | ○     |       |       |       | ○         |       |                |                |
| リウマチ科      | 永安 敦 (非常勤)   |       |    |       |       | ○再診のみ |       |           |       |                |                |
| 消化器内科      | 土田 治         |       |    | ○     |       |       |       |           |       |                |                |
|            | 山城 康嗣        | ○     |    |       |       |       |       |           |       |                |                |
| 循環器内科      | 中野 仁晴 (非常勤)  | ○     |    |       |       |       |       |           |       |                |                |
|            | 坂本 和生 (非常勤)  |       |    | ○     |       |       |       |           |       |                |                |
|            | 川上 将司 (非常勤)  |       |    |       |       | ○     |       |           |       |                |                |
|            | 未永 知康 (非常勤)  |       |    |       |       |       |       | ○         |       |                |                |
|            | 西原 正章 (非常勤)  |       |    |       |       |       |       |           |       | ○              |                |
| 呼吸器内科      | 高木 陽一        | ○再診のみ |    | ○     |       |       |       |           |       | ○              |                |
|            | 藤平 智道        | ○     |    |       |       |       |       | ○         |       | ○再診のみ          |                |
|            | 中津留 広成 (非常勤) |       |    | ○     |       |       |       |           |       |                |                |
|            | 中島 紀将 (非常勤)  |       |    |       |       | ○     |       |           |       |                |                |
|            | 飯塚病院 (非常勤)   |       |    |       |       | ○     | △再診のみ |           |       |                |                |
| 外科         | 柴田 宗征        | ○     |    |       |       | ○     |       | 手術        |       | ○初診のみ          |                |
|            | 亀山 敏文        |       |    |       |       |       |       |           |       | △再診のみ          |                |
|            | 福田 篤志        |       |    |       |       |       |       |           |       |                | △(血管外科)        |
| 整形外科       | 三好 賢一        |       |    | ○     |       |       |       |           |       | ○              |                |
|            | 瓜生 拓也        | ○     |    | ○     |       |       |       |           |       |                |                |
|            | 岩永 壮平        |       |    |       |       | ○     |       |           |       | ○              |                |
|            | 田島 裕之        | ○     |    |       |       | ○     |       |           |       |                |                |
|            | 緒方 悠樹 (非常勤)  |       |    |       |       |       |       |           |       | ○              |                |
| リハビリテーション科 | 三石 敬之        |       |    |       |       |       |       | △         |       |                |                |
|            | 岩永 壮平        |       |    |       |       |       |       | ○         |       |                |                |
| 眼科         | 中武 俊二        | △     |    |       | 手術    | △     |       |           |       | △              |                |
| 皮膚科        | 飯塚病院 (非常勤)   |       |    |       | △※    |       |       |           | △※    |                |                |
| 緩和ケア科      | 亀山 敏文        | △     |    | △     |       | △     |       | △         |       | △              |                |
|            | 福田 篤志        | △     |    | △     |       | △     |       | △         |       | △              |                |
| 心療内科       | 土田 治         |       |    |       |       |       |       |           | △再診のみ |                |                |
|            | 山城 康嗣        |       |    |       | △再診のみ |       |       |           |       |                | △初診            |
|            | 九州大学 (非常勤)   |       |    |       |       |       |       | △<br>第2~5 |       | △<br>第1        |                |



病院ホームページ



Instagram



X



facebook



社会福祉法人 恩賜 済生会支部  
福岡県済生会飯塚嘉穂病院

〒820-0076 福岡県飯塚市太郎丸265番地  
TEL 0948-22-3740 (代表) FAX 0948-29-1987