

あなたの生命の側にいつも私たちはいます

クローバーだより

医師からのメッセージ



関節が痛い・・・もしかしてリウマチ？

医療法人清和会 長田病院 リウマチ科非常勤医師
久留米大学医療センター リウマチ膠原病センター

中島 宗敏

- スタッフの横顔
「医療安全管理部」
- 読むおくり
「熱中症に気をつけましょう」
- カラダに優しい健康レシピ
「骨を丈夫に
鮭と小松菜のキッシュ」
- 柳川ふらり散歩
「カフェレストラン オリブ」

医療法人 清和会
長田病院 広報誌
2018年5月発行
Vol.63
TAKE FREE
ご自由にお持ち帰りください



医療法人 清和会 長田病院

〒832-0059 福岡県柳川市下宮永町 523-1
TEL : 0944-72-3501 FAX : 0944-72-5027



日本医療機能評価機構認定病院
慢性期医療認定病院
2017年度日本経営品質賞
ISO 9001



- ・救急告示病院
- ・労災保険指定病院
- ・身体障害者福祉法指定
- ・指定自立支援医療機関（更生医療・腎臓）
- ・福岡県禁煙宣言登録施設
- ・福岡県子育て応援宣言登録事業所

医療法人 清和会
関連事業所



三橋長田医院
サービス付き高齢者向け住宅 ピオニー
〒832-0823 福岡県柳川市三橋町今賀 210-2
TEL : 0944-72-4171 FAX : 0944-72-5577



介護老人保健施設 シャンティ
〒839-0242 福岡県柳川市大和町豊原 521-7
TEL : 0944-72-3508 FAX : 0944-72-1705



グループホーム つくだ
〒832-0051 福岡県柳川市佃町 793-1
TEL : 0944-75-6330 FAX : 0944-75-6330



長田病院地域ケアステーション クローバーハウス
〒832-0059 福岡県柳川市下宮永町 624-8

住宅型有料老人ホーム アイリス
TEL : 0944-75-1180
FAX : 0944-75-1181

デイサービス からたち（認知症対応型）
TEL : 0944-75-6310
FAX : 0944-75-1176

長田病院ケアプランサービス
TEL : 0944-72-5390
FAX : 0944-75-6572

訪問看護ステーション 花水木
TEL : 0944-75-1270
FAX : 0944-75-1269

ヘルパーステーション 椿
TEL : 0944-75-1170
FAX : 0944-75-1171

医療法人清和会 関連事業所 アクセスマップ



電 車・・・西鉄柳川駅下車（車で約10分）
自動車・・・九州自動車道「みやま柳川IC」（約20分）
バ ス・・・水の郷より福祉巡回バス（両開線西ルート）（約8分）

診療時間

月曜日～金曜日	8:30～12:30（午前の受付 11:30 まで） 13:30～17:30（午後の受付 16:30 まで）
土曜日	8:30～12:30（午前の受付 11:30 まで）
日曜日、祝日	休 診・急患のみ

※時間外・休診日については、救急外来にて24時間体制で対応します。
※急患の方はいつでも診察いたします。

病院理念

私たちは、地域と連携した専門医療を提供し
患者さんご家族の安らぎを確保します

基本方針

- 一、高品質で安全な医療を実践します
- 一、医療連携の徹底を図ります
- 一、患者さんと共に満足と納得の医療を目指します

私たちの志

創意と真心で 日本唯一の内科病院になる

2018
5

「街角」撮影者：長田 敦子

医療法人 清和会 長田病院広報誌 クローバーだより Vol.63 | 2018年5月発行 | <http://www.seiwakai.info>

関節が痛い・・・もしかしてリウマチ？

医療法人清和会 長田病院 リウマチ科非常勤医師 中島 宗敏
久留米大学医療センター リウマチ膠原病センター

皆様こんにちは。リウマチ外来担当の中島と言います。えっ、リウマチ外来なんてあったの？と思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、実は昨年6月から外来を開始しており、5月末で早くも一周年を迎えます。そこで今回は関節の痛みについて少しばかりお話させていただきたいと思います。

1) 関節の痛み

もうすぐ梅雨を迎えようという季節になりましたが、梅雨になると関節の痛みに悩まされる方も多いかと思います。ところで皆様は、関節の痛み＝リウマチ（正式には“関節リウマチ”といいます）と思われていませんか？ もちろんリウマチによる痛みもありますが、そればかりではありません。高齢の方が、膝が痛い、指先の関節が痛いという話をよくされますが、これは“変形性関節症”という病気によることが多いと思います。

関節というのは、骨と骨のつなぎ目のことです。この繋ぎ目では骨の表面に軟骨と呼ばれる

ものがあり、骨同士が直接ぶつからないように、クッションの役目をしてくれています。ただ、長い年月でこの軟骨がすり減ると骨へかかる負担が大きくなり、骨の痛み・変形を起こしてきます。これが変形性関節症です。これは病気と言うより、長年の関節の負担の積み重ねによるものですので、年を重ねれば多かれ少なかれ出てくる症状です。

2) 関節リウマチとは

一方、関節リウマチというのは全く異なる病気です。骨の表面には軟骨があるという話をしましたが、さらにその表面は“滑膜”という膜で覆われています。原因はよくわかっていませんが、この滑膜がどんどん増殖し、ここから“サイトカイン”と呼ばれるものが放出され、この“サイトカイン”が熱や痛みを引き起こしたり、周囲の軟骨や骨を破壊してきます。このようにして関節に痛みや変形をきたすのが関節リウマチです。

3) 関節リウマチの症状

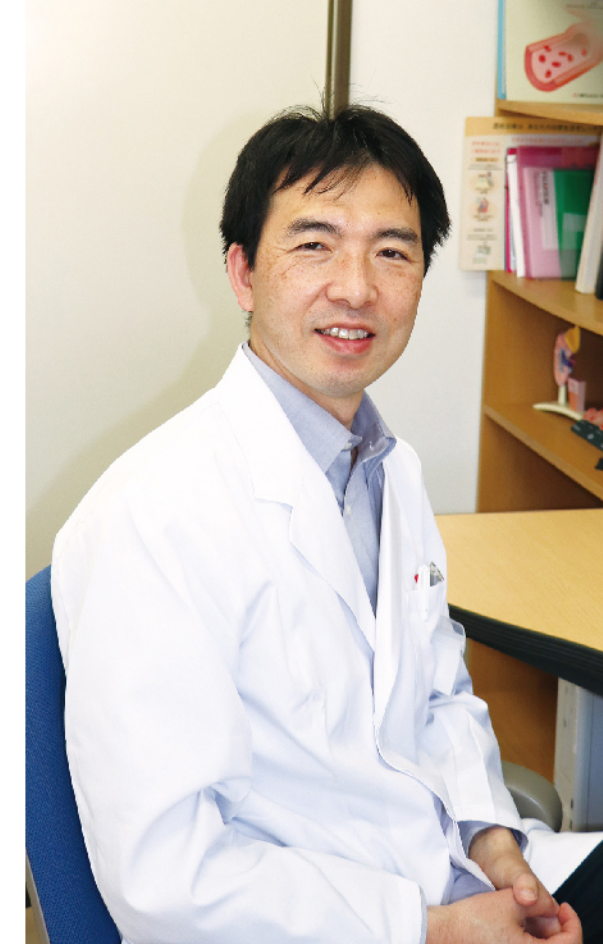
関節の痛みが一番の症状ですが、痛みだけではなく腫れも出てきます。痛みは手指・足趾の関節や手関節（手首）など、比較的“小さな”関節に起こってくることが多いようです。ただ高齢の方では膝や肩など“大きな”関節から痛みが出ることもありますので注意が必要です。また指の関節の中では、第一関節には起こりにくいとされています。変形性関節症は第一関節に起こってくることが多いので見分ける参考になるかと思います。

朝のこわばりも特徴の一つです。朝起きたときに身体がこわばって動きにくいという症状です。この症状は関節リウマチ以外でもみられますが、関節リウマチでは症状が長く続き、お昼まで、場合によっては夜まで続くことがあります。



4) 関節リウマチかな？ と思ったら・・・

診断をつけるには血液検査やレントゲン検査などを行う必要があります。リウマチ因子や抗CCP抗体などが出ていないか？ 骨に変化はないか？ 症状やこれらの検査結果から診断をしていきます。関節リウマチは早くから治療を始めた方がその後の経過がいいと言われています。もし気になる症状があったら一度、リウマチの検査を受けてみませんか？



ちょっと早いと思われるかもしれませんが、
熱中症に気をつけなければならない季節です



読む おくすり
Yomu okusuri
カラダを守る医療講座

熱中症の予防法

規則正しい生活で、
体調を整えましょう

直射日光を
避けましょう

服装も
工夫しましょう

汗をかいたら
水分＆塩分補給



水分だけでなく、
塩分の補給も重要

それでも熱中症になってしまったら・・・

熱中症の対処法

涼しい場所で休みましょう

水分＆塩分を補給しましょう

体温を下げましょう



こんなときはすぐ救急車！！

- ・自分で水分を摂れない
- ・意識がない



症状が回復しても、医療機関を受診しましょう。再発の恐れがあります。

熱中症を甘くみてはいけません



STAFF × SMILE 患者さんご家族の一番の支援者となるべく、真心をもって頑張っているスタッフをご紹介します



医療安全管理部には、医療安全管理室と感染防止対策室の二つの部署があります。

医療安全管理室においては院内の医療環境の整備を行うことによって、安全文化の醸成と定着を図るよう心がけており、医療事故を起こさない、あるいは発生しにくいシステムを院内に構築することを第一の目標に掲げて活動をしています。安全カンファレンス・安全パトロールを週1回、安全管理委員会を月1回と定期的に開催し、医療事故の調査・解析および今後の対策について検討しています。また、医療事故防止のための教育・広報等、医療事故防止に関する事項についての研究発表会や個々の事例に対する対応を実施しています。

感染防止対策室は ICT（インフェクションコントロールチーム）と共に、院内感染症の蔓延の防止・対策を行うと共に、処置や器具の取り扱いなど、院内で行われる行為のマニュアル（手順書）や実施状況の確認、職員教育等行っています。感染防止対策の基本である「一行為、一手指衛生」を基本に毎日の業務を行い、手技の統一を図り、安全な医療の実践を目指しています。

医療安全と感染防止、医療の質の向上の為、皆様のご理解・ご協力をお願いします。



スタッフの横顔
Staff no yokogao
長田病院で働く人たち
部署のご紹介

医療安全管理部

医療安全と感染防止、医療の質の向上の為に
二つの部署が連携して業務を行っています。

カフェレストラン オリーブ

住所：福岡県柳川市三橋町今古賀 210-2 三橋長田医院複合施設 1 階
TEL：0944-85-8313
営業時間：11：30～15：00
定休日：日曜日・祝日

地元やながわを広報スタッフが、
ぶらり散歩して紹介します。



柳川駅近くの、隠れ家のようなカフェレストラン



みなさんもランチタイムに食の癒しを味わってませんか？

それぞれの料理についてくるハーブウォーターも数種類のハーブとフルーツ、そして自家菜園しているオリーブの葉が入っており、スッキリとした飲み心地で身体を癒してくれます。

メイン料理には特にこだわっている旬野菜がそえられています。その味はメイン料理にも負けないほどおいしく、自然のごほうびをたくさん味わえます。また、各ランチには1100円でミニカレールーをつけることができます。

そんな隠れ家的なオリーブですが、メニューはいたってシンプル。Aランチ、Bランチ、じっくり煮込んだ牛肉がごろごろと入った手作りのビーフカレー、シフォンケーキ、ドリンクです。使用される素材にこだわりがあり、自然の恵みをうけた厳選された旬食材を仕入れており、それによって毎日のメイン料理が決まるそうです。

カフェレストラン「オリーブ」は西鉄柳川駅西口徒歩1分の場所に新規移転オープンした三橋長田医院の1階に併設しています。駅からは見えませんが西側の駐車場・駐輪場のすぐ横にあります。「こんなところにカフェレストランが？」と思ってしまうでしょう。

つくりかた

1 オープンを180℃に
余熱しておく。



2 小松菜、しめじを2cm
の長さに切る。玉ねぎは
薄くスライスする。



3 フライパンにサラダ油
大さじ1/3を熱し、鮭を
両面焼き色が付くまで
焼く。焼いた鮭を一口
大の大きさに切る。



4 フライパンに油大さじ
2/3を熱し、玉ねぎ、
小松菜、しめじを炒め
る。塩、こしょうで味
をつける。



5 ボウルに溶いた卵、牛
乳、チーズ（半量）を
入れてよく混ぜる。



6 耐熱皿に春巻きの皮を
ずらして重ねる。4・3
の具を全て入れて、5
を流し、上から残り半
量のチーズをかける。



7 180℃に予熱したオー
ブンで25～30分焼く。
器から取り出しカット
したら出来上がり。



骨を丈夫に 鮭と小松菜のキッシュ

材料
4人分

・鮭	1切れ
・小松菜	100g
・玉ねぎ	1/4個
・しめじ	30g
・春巻きの皮	3枚
・卵	2個
・牛乳	80g
・とろけるチーズ	30g
・サラダ油	大さじ1
・塩	小さじ1/3
・こしょう	適量



1人分栄養量

・エネルギー	170kcal
・たんぱく質	11.3g
・脂質	10.2g
・塩分	1.2g
・カルシウム	129mg

ひとくちメモ

骨粗鬆症を予防しましょう

最近よく耳にする骨粗鬆症ですが、毎日の食事から予防することができます。骨のもととなる「カルシウム」とともに、カルシウムの吸収を助けてくれる「ビタミンD」や体外への排出を抑えてくれる「ビタミンK」などを一緒にとることで丈夫な骨づくりにつながります。今回はカルシウムが豊富な牛乳・チーズ、ビタミンDが豊富な鮭・きのこ、ビタミンKが豊富な小松菜を使ったキッシュをご紹介します。様々な食材を組み合わせることで、栄養のバランスもおいしさもより一層よくなります。

管理栄養士
藤本 敦子



長田病院の管理栄養士が、体に良いお料理をご紹介します



皆様の声

日頃から患者さん、ご家族様にはたくさんのご意見を投函いただきありがとうございます。

長田病院にとって提案のご意見は、気づきとなり改善につながっています。また、喜びの声は職員にとって励みとなりやりがいにつながっています。

皆様の声の集計結果と改善事例を紹介いたします。

■ 平成29年7月～12月までの半年の集計結果 ■

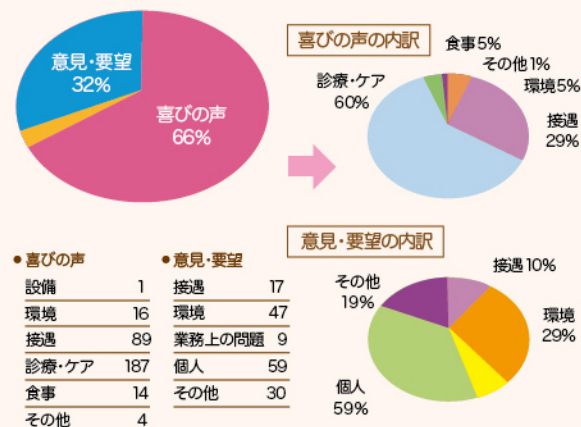
「喜びの声」が66% (247件) で内容は、①診療・ケアに関すること ②接遇 でした。

「意見・要望」が32% (119件) で内容は、①個人の対応に関すること ②環境・設備に関すること でした。

個人の対応に対するご意見に対して、「美しい言葉・美しい所作」を一人ひとりが身につけることができるように、全部署にワンポイントレッスンとして研修会を開催しています。



■ 皆様の声半期集計(2017年7月～2017年12月) ■



新任ドクター紹介



消化器内科
久賀 征一郎医師

4月より中山医師と交代で着任しました。長田病院は初めてですが、以前、柳川病院で2年ほど勤務していたことがあります。

2度目の柳川ですが、今回、気持ちも新たに頑張っていきたいと思います。よろしくお願いします。



クローバーコンサートを開催しました

4月14日(土)リハビリ室にてギタリストの岩見淳三さんとボーカルのYAYOIさんに来ていただきJAZZコンサートを開催しました。「素晴らしいギターの音色、心に沁みる歌声をありがとうございました」「とても楽しかった」などの感想を頂きました。悪天候にかかわらず沢山の方ご参加、ありがとうございました。



地域懇談会に参加しました

4月17日(火)、柳川農村環境改善センターにて、第12回地域懇談会が行われました。第1部、リハビリテーション科 理学療法士の渡辺智による「元気で長生き しあわせにふる里に生きる フレイル予防で健康寿命を延ばそう」と題し講演と家でも簡単にできるフレイル予防体操を行いました。みなさん、楽しみながら体を動かされていました。第2部は「身近な困り事について語り合う」をテーマに各テーブル色々な意見が出て、活気ある懇談会となりました。

※フレイルは、「加齢とともに心身の活力(運動機能や認知機能等)が低下し、複数の慢性疾患の併存などの影響もあり、生活機能が障害され、心身の脆弱性が出現した状態であるが、一方で適切な介入・支援により、生活機能の維持向上が可能な状態像」とされており、健康な状態と日常生活でサポートが必要な介護状態の中間を意味します。



入職式

4月2日(月)清和会は10名の新入職員を迎えました。理事長より「地域を支える次世代の新たな力になってくれることを期待している」、院長より「プロとして目標を定め、チャレンジしていただきたい。一緒に物語を作って行けることを楽しみにしている」とそれぞれあいさつがありました。



世界禁煙デー

5月31日は世界保健機構(WHO)が定める「世界禁煙デー」です。タバコの中には有害物質や発がん物質も含まれ、喫煙者の平均寿命も10年短くなると言われています。

長田病院では禁煙サポート病院として、医療保険診療による禁煙治療を行っています。いつかは禁煙とお考えの方、ご自分の為に、家族や子供の為に、この機会にチャレンジしてみませんか？





		月	火	水	木	金	土
午前	肝臓	森田 恭代	長田 英輔	長田 英輔	長田 英輔	森田 恭代	森田 恭代
	胆道・膵臓			岡部 義信	森田 恭代		担当
	消化器	長田 修一郎	担当				担当
	内視鏡・胃	古波倉 允	古波倉 允	古波倉 允	古波倉 允	長田 修一郎	古波倉 允
	内視鏡・大腸	古波倉 允	河野 弘志	古波倉 允	古波倉 允	長田 修一郎	鶴田 修
			長田 修一郎				
	呼吸器	木下 正治	木下 正治	木下 正治	木下 正治	木下 正治	担当
		東 公一	佐々木 潤		松尾 規和	嶋田 知生	樋口 英一
	循環器	西 義勝	西 義勝	西 義勝		西 義勝	西 義勝
	糖尿病	永嶋 美穂	永嶋 美穂	永嶋 美穂	大武 英津子	於保 美千代	
						永嶋 美穂	
	腎臓内科		長田 暁子		長田 暁子	松元 貴史	
午後	脳卒中・脳神経			坂井 英生			
	リウマチ・膠原病				中島 宗敏		
	緩和ケア		樋口 英一			樋口 英一	
	健診・内科	担当	担当	青山 一利	江森 幹子	担当	担当
	肝臓		森田 恭代		森田 恭代		
	消化器	担当		久賀 征一郎		久賀 征一郎	
	内視鏡・胃	古波倉 允	古波倉 允	古波倉 允	古波倉 允	長田 修一郎	
	内視鏡・大腸	古波倉 允		古波倉 允	古波倉 允	長田 修一郎	
	呼吸器	東 公一	佐々木 潤	米光 純子	松尾 規和	米光 純子	
		嶋田 知生 ※予約のみ					
	糖尿病	於保 美千代	於保 美千代	於保 美千代	大武 英津子	森田 恵子	
	腎臓内科		長田 暁子				
	脳卒中・脳神経		貴田 浩志				
	健診・内科	担当	担当	青山 一利	担当	担当	

平成30年5月1日現在

※都合により変更になる場合もあります。詳しくはお問い合わせください

外来担当医一覧

お申し込みは、訪問看護ステーション又は主治医、ケアマネージャーにご相談下さい。

●訪問看護ステーション 花水木

グループホーム つくだ

今回は、初の試みでお弁当を持って大牟田市動物園へ花見に行ってきました。みなさん、動物は久しぶりと言うこともあり、目を丸くされ童心に返った様でとても喜んで下さいました。

また、外で食べるお弁当は気持ちが良く、みんなで美味しく頂き、楽しい一時を過ごすことが出来ました。



大牟田市動物園へ行ってきました

デイサービス からたち (認知症対応型)

外に出掛けると気持ちが良い気候となりましたね。今年も近くの明野農村公園までお弁当を持ってお花見会をしてきました。今年は晴天が続き、雨で散る事なく、満開の桜を見る事が出来ました。当日は風が強くありましたが、風が心地良く、外で食べる食事はとても美味しかったです。食後は春の歌や歌謡曲など歌い、とても楽しい時間となりました。これからも外出支援を行い、色々な場所へ出掛け、楽しんで頂ける計画を立てていきたいと思ひます。見学、相談、体験利用など随時受け付けておりますので、いつでもご相談下さい。



お花見弁当持って お出掛け♪

●長田病院 ケアプランサービス

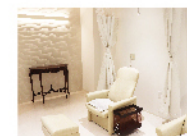
居宅介護サービス等でご利用の際、お気軽にご相談下さい。

関連事業所からのお知らせ

三橋長田医院

女性にやさしい診療所

リニューアルオープンして3ヶ月が経ちました。リニューアルに伴い、お肌をより美しく保つためのエンビロンのトリートメントを導入いたしました。女性医師やエンビロン資格を持つスタッフによるカウンセリングを行っております。また美容と健康維持のための点滴外来や日本アロマセラピー学会認定臨床看護師のアロママッサージも開始いたしました。興味のある方はお気軽にお越しください。ご相談も受けたまわっております。



介護老人保健施設 シャンティ

野外散策にて春を満喫

3月15日、通所リハビリでは野外活動を実施しました。

今年のコースはかんぼの宿での昼食コース。ご自分でメニューから選んでいただき、川下りを眺めながらの楽しい食事会。皆さんの笑顔も春爛漫でした。療養棟でも、ご家族参加の花見を実施。中庭の満開の桜の下で心も和まれたようでした。

