

今話題の腸内フローラ検査について

医療法人清和会 長田病院 副院長・消化器内科部長 長田 修一郎



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

5階病棟

インフルエンザQ&A「インフルエンザワクチンの接種について」

秋鮭とブロッコリーのハニーマスタード炒め

Café 帰去来



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



● 三橋長田医院 サービス付き高齢者向け住宅 ビオニー
〒832-0823 福岡県柳川市三橋町今古賀 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 福岡県柳川市田町 793-1
TEL：0944-75-6330 FAX：0944-73-6340



訪問看護ステーション 花水木
〒832-0059 福岡県柳川市下宮永町 523-1
TEL：0944-75-1270 FAX：0944-75-1269



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

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

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

- 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

診療科

内科、呼吸器内科、消化器内科、循環器内科、糖尿病内科、リハビリテーション科、
緩和ケア内科、胃腸内科、肝臓内科、アレルギー科、人工透析内科、放射線科、老年内科

診療について

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	○	○	○	○	休診
午後	○	○	○	休診	○	休診	休診

受付時間 午前／8時30分～11時30分 午後／1時30分～4時30分
休診日 日曜・祝日・8/15・12/31・1/1～1/3
※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。
※急患はこの限りではありません



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・・・柳川ショッピングモールよりコミュニティバス（約20分）

今話題の腸内フローラ検査について

医療法人清和会 長田病院 副院長・消化器内科部長

長田 修一郎

TV やネットなどで話題の腸内フローラ検査（腸内細菌検査）ですが、当院でも行っております。検便の検査で、採便キットを使ってお家でかんたんにできます。

◆腸内フローラ（腸内細菌）って何？

人間の腸には 1000 種類、100 兆個以上の腸内細菌がいます。その様子をお花畑にたとえて、**フローラ（お花畑）**と呼んでいます。

それがウイルスや細菌の感染から守る働きや食べ物を消化したりと人間の体にとってだいじな働きをたくさんしています。



▲腸内フローライメージ

◆腸内フローラ検査（腸内細菌検査）で何がわかるの？

- ①今のあなたの腸内フローラの状態がわかります。
- ②下のような色々な働きをする菌の割合がわかります。

- ウイルスや細菌などから身を守る働き（免疫）をしている菌→病気のかかりやすさがわかります。
- 『やせ菌』→太りやすさがわかります。腸内細菌には『やせ菌』といわれる菌がいて、これをたくさん持っている人は太りにくいといわれています。逆にこれが少ない人は肥満や糖尿病になりやすいといわれています。
- 『長寿菌』→元気で長生きするために関係が深い菌がわかります。
- 更年期障害やお肌のしわの予防や改善に関わる菌→女性ホルモンに似た働きをする菌です。
- 大腸がんの人に多いといわれる菌→大腸がんになりやすい菌がわかります。

- ③腸の菌の種類の多さがわかります。→種類は多いほうが良いです。
- ④生活習慣に応じた改善するポイントがわかります。
- ⑤日ごろのお悩みに関係する菌の種類と改善ポイントがわかります。
- ⑥管理栄養士からの食事などのアドバイス→どういった食事を取り入れたらよいかわかります！

そのほかにも健康に関わるような、普段自分では気づかないことがわかることがあります。

◆どういう人におすすめ？

- ・健康に気を使っているすべての方
- ・下痢や便秘でお悩みの方
- ・自分では食事に気をつけているつもりだけど、なんだか調子が良くない方
- ・お肌の調子がまいちの方やアレルギーがある方
- ・感染などに対しての腸の中の免疫力を知りたい方
- ・過敏性腸症候群や腸の病気でお悩みの方
- ・ダイエットしたい方や糖尿病の方

主なことを簡単に説明しましたが、そのほかにもいろいろなことがわかります。

一度検査を受けて、そのアドバイスに従って食事などを改善した後、もう一度検査を受けることによって、より改善することができます。



腸内フローラ検査についてはお気軽にお問い合わせください。

長田病院 TEL：0944-72-3501



▲もし気になる方は、
お気軽にお問い合わせください



インフルエンザワクチンの 接種について

当院では、10月から
インフルエンザワクチンの
接種を開始します



Q ワクチンの効果、有効性について

A インフルエンザにかかる時は、インフルエンザウイルスが口や鼻あるいは目の粘膜から体の中に入ってくることから始まります。この状態を「感染」といいますが、ワクチンはこれを完全に抑える働きはありません。ワクチンの最も大きな効果は、「重症化」を予防することです。



Q 予防接種はいつ頃受けるのがよいか

A インフルエンザは例年 12 月～ 4 月頃に流行し、例年 1 月末～ 3 月上旬に流行のピークを迎えますので、12 月中旬までにワクチン接種を終えることが望ましいと考えられます。

Q ワクチンは1回接種でよいか

A 13 歳以上の方は 1 回接種を原則しています。13 歳未満の方は 2 回接種です。

Q 昨年ワクチンの接種を受けたが 今年も受けた方がよいか

A インフルエンザワクチンは、そのシーズンに流行することが予測されると判断されたウイルスを用いて製造されています。このため、昨年インフルエンザワクチンの接種を受けた方であっても、今年のインフルエンザワクチンの接種を検討して頂く方がよい、と考えられます。



Q ワクチン接種後の注意点について

A 接種当日は接種部位を清潔に保ち、いつもの生活をしましょう。また、激しい運動や大量の飲酒は避けてください。接種当日の入浴は差支えありませんが、注射した部位をこするのはやめましょう。



▲多量の飲酒は厳禁です

患者さんにご家族のご意見を尊重しながら
各部署と連携し、退院支援を行っています。

5 階病棟の理念、「私たちは、患者さんが望む住宅へ退院支援します。」を掲げ、患者さん・ご家族の意見を確認し、多職種で退院支援を行っています。

入院中よりケアマネジャー・福祉用具・介護事業所等の担当者と連携を図り、ご自宅へ訪問し、患者さんの病状・住宅環境・介護状況に応じた療養指導の実施や、福祉用具・介護サービスの提案を行っています。今後も医療・介護の連携を図り、患者さん・ご家族が住み慣れた地域で療養できるよう支援します。



患者さんご家族の
一番の支え
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

5 階 病 棟





〒832-0023
福岡県柳川市京町 48
TEL & FAX : 0944-85-8011
営業時間 : 11 時 ~ 17 時
定休日 : 月・火 駐車場 : 有
西鉄柳川駅より徒歩 8 分
西鉄バス京町バス停すぐそば

Facebook

心と身体がお疲れの貴方を 一杯のスープが癒してくれます

今回ご紹介するのは「cafe 帰去来」です。店名は、ほっとできるお店を作りたいとの思いから柳川を代表する詩人北原白秋が故郷を思つて唄つた詩「帰去来」が由来とのこと。

木目の看板と緑眩しい草木が玄関を彩り、木柱が優しく出迎えてくれます。店内はテーブル席とお庭に面した窓際のカウンター席。高い天井からそれぞれ個性の異なるランプが温かく照らしています。女性やシニア世代の男性一人客も多く、小さい子供連れのお客様でもゆったりくつろげます。

看板メニューの季節のスープは、旬の野菜を使って丁寧に作られているのが伝わる「身体に染み渡る」美味しさです。塩分控えめでバターや生クリームを使用していないので、胃腸の負担も軽く、病気の家族にと買いに来られる方も。人気メニューのスープセットのおにぎりは、柳川の海苔と具の大豆の醤油漬けとの組み合わせが絶妙な案配です。他にスープとカレーのセットも好評で、いずれもテイクアウトが可能です。あまいものや紅茶などカフェメニューも充実しています。

暑さ過ぎ秋の気配が漂う昨今、心と身体が喜ぶスープはいかがでしょうか。

地元やなわを広報スタッフが
ぶらり散歩して紹介

柳川ぶらり散歩 50 cafe 帰去来

きぎょらい

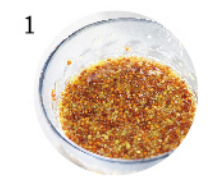


旬の秋鮭をご賞味下さい

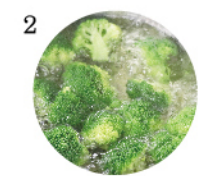


管理栄養士
立川 葉月

● 作り方



1 マスタードとはちみつを混ぜ合わせておきます。



2 ブロッコリーを1口大に切り、お湯を沸騰させた鍋に塩を入れ、さっとゆでます。



3 鮭は小骨を取り除き、1口大に切り、片栗粉をまぶします。



4 中火で熱したフライパンにオリーブオイルをひき鮭を炒めます。



5 鮭に火が通ったら②のブロッコリーをいれ、こしょうで下味をつけます。



6 最後に①を加え、軽く炒め、味をなじませます。



7 お皿に盛り付ければ出来上がりです。



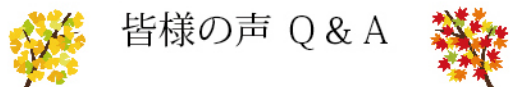
管理栄養士が
体に良いお料理をご紹介します

秋鮭と ブロッコリーの ハニーマスタード炒め

今回は秋に旬を迎える秋鮭を使った料理を紹介します。鮭には3大栄養素のたんぱく質だけでなく、ビタミンD・B群やカリウムなどが豊富に含まれています。カリウムには塩分の排泄を促し、血圧を下げる働きがあります。塩焼きなどシンプルな味付けでも美味しい鮭ですが、マスタードとはちみつで酸味と甘みを効かせました。また、塩を使っていないので減塩になり、マスタードの風味が食欲をそそります。ぜひ、お試しください。

材料(4人分)

・鮭	70g×4切れ
・片栗粉	大さじ1
・ブロッコリー	2/1房
・塩(ゆでる用)	少々
・はちみつ	小さじ2
・マスタード	大さじ1
・こしょう	少々
・オリーブオイル	大さじ1



皆様の声 Q & A

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、喜びの声は職員の励みとなりやりがいにつながっています。

玄関前で体温や体調確認をしてもらっているのので安心して外来受診することができます。

取り組み ■ 新型コロナウイルス感染症に対し、玄関でのトリアージのほかに、入館時のアルコール手指消毒の徹底、定期的なアルコールによる清掃を行っています。
また、感染対策会議も定期的に設け、状況に応じた対応を行っています。



外来受診した際、マスクから鼻が出たり、外れかかっている患者さんを見かけることもあります。正しいマスクの付け方を職員の方から指導してほしい。

対策 ■ 正しいマスクの付け方と何故マスクを付けるのかをポスターにしてわかりやすくしました。また、職員もその都度、指導していきます。



これからも、皆様の声からの改善を図っていきたく思いますのでご意見をお待ちしています。

大腸がん検診はお済みですか？

柳川市・みやま市の大腸がん検診のご案内です。
(40歳以上が対象です)

期間：11月30日(月)まで
費用：500円(40歳～69歳の方)
70歳以上の方は無料です。
この機会にぜひどうぞ。



お問い合わせ先：長田病院 健康サポートセンター
TEL 0944-72-3863(直通)

オンライン面会始めました

7月末より県南地域の新型コロナウイルス感染症拡大の為、面会禁止とさせて頂いています。

少しでも安心して入院生活を送って頂く為、ビデオ会議システム Zoom を利用したオンラインによる面会を行っています。

面会時間：月～金曜日(祝日を除く)
10:00～11:30
14:00～16:00の時間帯で15分



ご自宅からでも院内の別室からでも可能です。機材の関係上、予約制となっております。

詳しくは当院ホームページ「新着情報」をご確認ください。

花水木移転のお知らせ

7月11日(土)に長田病院地域ケアステーション クローバーハウスから長田病院1階に移転しました。電話番号、FAX番号に変更はありません。
ご面倒をおかけしますが宜しくお願い致します。



訪問看護ステーション 花水木

住所：柳川市下宮永町523-1

TEL：0944-75-1270 FAX：0944-75-1269



地域連携セミナーを開催しました

8月5日(水)、久留米大学病院感染制御部副部長 感染症看護専門看護師/感染管理認定看護師 三浦美穂先生をお迎えし、医療安全対策研修会を開催しました。今回はビデオ会議システム Zoom を用い、20の地域のクリニックや施設の方にご参加頂きました。

「新型コロナウイルス感染症の最新情報～第二波に備える～」をテーマに、新型コロナウイルスの特徴や感染症予防対策について分かり易くご指導頂きました。

新型コロナウイルス感染症予防の3つのカギである「マスク」「手指衛生」「清掃」を確実にを行い院内感染の発生防止に努めていきたいと思います。



▲三浦美穂先生

		月	火	水	木	金	土
午 前	肝 臓	森田 恭代	長田 英輔	長田 英輔	長田・森田	森田 恭代	森田・担当
	胆道・膵臓			岡部 義信			
	消化器						担 当
	内視鏡・胃	長田 修一郎	長田 修一郎	野田 悠	長田 修一郎	長田 修一郎	長田 修一郎
	内視鏡・大腸	長田 修一郎	河野 弘志	野田 悠	鶴田 修	長田 修一郎	長田 修一郎
			長田 修一郎		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	
		東 公一	佐々木 潤		嶋田 知生	真玉 豪士	
					谷村 玲子		
	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	石橋 興介	於保・永嶋	
	腎臓内科		担 当	担 当		松元 貴史	
	脳卒中・脳神経		原田 雅也	坂井 英生			
	リウマチ・膠原病				中島 宗敏		
	血液内科			青山 一利			
	緩和ケア		樋口 英一			樋口 英一	
	健診・内科	担 当	担 当	担 当	担 当	担 当	担 当
		月	火	水	木	金	土
午 後	肝 臓		森田 恭代				
	消化器			久賀 征一郎		久賀 征一郎	
	内視鏡・胃	長田 修一郎	長田 修一郎	野田 悠		長田 修一郎	
	内視鏡・大腸	長田 修一郎		野田 悠		長田 修一郎	
	呼吸器	東 公一		米光 純子		米光 純子	
		嶋田 知生					
	糖尿病	於保 美千代	於保 美千代	於保 美千代		森田 恵子	
	脳卒中・脳神経		原田 雅也				
	血液内科			青山 一利			
	健診・内科	担 当	担 当	担 当		担 当	

令和2年9月1日現在

外来担当医一覧

都合により変更になる場合もありますので、詳しくはお問い合わせください

●訪問看護ステーション花水木
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。

●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
当院と連携し患者さんをサポートする関連事業所からのお知らせです

グループホーム
つくだ

涼夏・手作りうちわ

残暑が続いておりますが、いかがお過ごしでしょうか？
つくだではこの夏、うちわを作りました。好きな夏の絵を切り取り、「ちょっと難しかったね」との感想も聞かれましたが、完成すると皆さん満面の笑顔で喜ばれていました。このうちわでまだまだ暑い日々をのり越え、元気に過ごして頂きたいと思います。新型コロナウイルス感染症拡大予防の為、見学は出来ませんが、入居ご相談は常時承っております。お気軽にご相談ください。



デイサービス からたち
(認知症対応型)

夏のひととき

まだまだ残暑厳しい日が続いています。からたちでは皆さん元気に過ごして頂いています。今年は新型コロナウイルス感染症対策にて夏祭りを縮小し、毎日のレクリエーションの時間内に取り入れ開催しました。フロアを夏祭り会場に！皆さん、夏の思い出を懐かしんでいらっしゃいました。利用者の皆さんと一緒にスタッフも楽しみました。



三橋長田医院

日焼け対策、
続けていますか？

残暑が厳しい日が続きますが夏バテなどしていませんか。日傘をさすと体感温度が3～7度違うそうです。男性のみなさんもぜひお試しください。今年はマスク着用の為、日焼け止めクリームを塗らずに過ごしたり、塗り直しをさぼった方も多いようです。

紫外線はマスクを通り抜けます。マスクと一緒に、飲む日焼け止めを習慣にして日焼け・シミ対策をしませんか。当院では飲む日焼け止め「ヘリオケア」を取り扱っています。



介護老人保健施設
シャンティ

短冊に願いを込めて・・・

3階療養棟では、7月7日に七夕会を開催しました。短冊に願い事を書き、笹の葉に飾りつけ、七夕の由来や短冊の読み上げを行いました。短冊には「健康でいたい」「早くコロナが収まりますように」など様々な願いが込められていました。栄養科手作りの夏らしいおやつに「綺麗ね～」と会話も弾まれていました。現在、新型コロナウイルス感染症対策の為、面会制限を行っています。状況に応じ随時変更しますので、ご協力お願い致します。

