

かけはし

YAME GENERAL HOSPITAL Public Relations Magazine

公立八女総合病院

私たちの理念

心のかよった医療を提供し、安心して暮らせる地域づくりに貢献します。

私たちの目指す医療

1. 保険・医療・介護・福祉との連携を強化し、地域包括ケアシステムの構築を目指します。
2. 救急医療の充実を図り、信頼される病院を目指します。
3. 臨床研修体制の充実に取り組み、医療の発展に貢献します。

かけはし 初夏号

● P1 入職医師紹介①

● P2 入職医師紹介②

● P3 特定行為看護師の紹介 「特定行為」とは？

● P4 おにぎりの寄付をいただきました メッセージカードが届きました 『ちょっとひとこと』

● P5 女性の健康コラム うつ病のおはなし

● P6 栄養科レシピ 大豆ミート ラタトゥイユ 編集後記

● P7 外来診療担当一覧

交通アクセス



堀川バス 福島又は公立病院前下車
西鉄バス 西鉄福島下車



JR羽犬塚駅下車
堀川バス (25分) 又はタクシー (15分)
新幹線筑後船小屋駅下車
タクシー (20分)



九州自動車道 八女IC
車10分 (外来駐車場完備)



地域がん診療連携拠点病院 地域医療支援病院

公立八女総合病院
Yame General Hospital

〒834-0034 福岡県八女市高塚540-2 TEL.0943-23-4131

<http://www.hosp-yame.jp/hospital/>

ホームページQRコード



2022 年度 入職医師紹介 (50音順)



あかつか こうた

赤塚 孝太

診療科 整形外科 (医員)

自己紹介など 八女での勤務は初めてで分からないことも多いですがよろしくお願いします。

患者さんへ 全力で頑張ります！



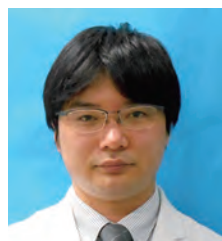
いけだ りさ

池田 梨紗

診療科 心臓・血管内科 (医員)

自己紹介など 八女市で働くのは初めてですが地域医療に貢献できるよう地域の皆さまに寄り添った医療を行います。よろしくお願いします。

患者さんへ 患者さんの不安を取り除けるよう患者さんに寄り添って医療を行わせていただきます。



いわた しんぺい

岩田 慎平

診療科 内分泌代謝内科 (医長)

自己紹介など 糖尿病は多くの疾患と関連するため、いろいろな場面で連携をとっていきたいと考えています。

患者さんへ 糖尿病の治療目標は「健康的な人生」を送る事です。それを達成するために一緒に頑張しましょう。



おか ようすけ

岡 洋甫

診療科 産婦人科 (医員)

自己紹介など 久留米大学出身の岡と申します。八女地域のために頑張りたいと思います。

患者さんへ 患者さんのための医療をこころがけて働きます。



おがた すぐる

緒方 傑

診療科 大腸・肛門外科 (医長)

自己紹介など はじめまして。消化器外科医としてこの度赴任いたしました。外科の中でも大腸・肛門を専門としております。微力ながら八女の地域医療に少しでも貢献できればと思います。

患者さんへ 患者さんとその御家族に寄り添う医療を心がけていきます。



さこ なおこ

迫 菜央子

診療科 眼 科 (医員)

自己紹介など はじめまして。眼科の迫と申します。大分県出身です。趣味はスポーツ観戦とアウトドアです。よろしくお願いします。

患者さんへ 八女の医療に貢献できるようがんばります。



たなか かつあき

田中 克明

診療科 外 科 (部長)

自己紹介など 専門は胃・大腸外科、鼠径ヘルニア、胆のう良性疾患などの手術です。鏡視下手術とともに様々な手段を用い、1人1人の病態に応じた安全で適切な治療法を選択したいと思います。よろしくお願いいたします。

患者さんへ 患者さんの心に寄り添った信頼される医療をご提供できるように努めていきたいと思っています。



つむら けんじ

津村 健二

診療科 呼吸器内科 (医員)

自己紹介など 久留米市出身、研修医として、非常勤医師としてこちらで勤務させていただきました。

スタッフの距離感がよく、働きやすい病院だと思っていたので公立八女総合病院で働くことができ光栄です。

患者さんへ 皆さまの思いに沿った医療を心がけます。お気軽に相談ください。



なかた みちこ
中田 路子

診療科 整形外科 (医長)

自己紹介など 久留米大学より異動して参りました。地域の皆さまのため日々努めて参ります

のでよろしくおねがいいたします。

患者さんへ 体の痛みや怪我など気になることがありましたら外来受診下さい。



ふるた けいいちろう
古田 啓一郎

診療科 脳神経外科 (医員)

自己紹介など まだまだ若輩者ではありますが地域の方々のお役に立てるよう誠意を持った医療

を提供できればと思います。よろしくおねがいいたします。

患者さんへ 脳神経外科の病気は分かりづらく、怖い印象があるかと思います。不安な事があれば何でも聞いて頂けるような関係を築いていきたいと思っています。



みやさと たろう
宮里 太郎

診療科 皮膚科 (医員)

自己紹介など 八女市には高校の頃通学していました。馴染みのあるこの土地で仕事ができる事を嬉しく思います。趣味は釣りです。

患者さんへ 良い医療が届けられるよう頑張ります。



やまかわ よう
山川 曜

診療科 脳神経外科 (医員)

自己紹介など 昨年は久留米大学病院脳神経外科一般病棟と高度救命救急センターで勤務しました。経験はまだ浅いですがコツコツ勉強に励みたいと思います。

患者さんへ 患者さんが1日1日を安心して過ごすことができるように私たちが手助けしていけたらと思います。



やまぐち けいぞう
山口 圭三

診療科 メディカル
マネジメントセンター (部長)
(麻酔科)

自己紹介など 元々は消化器外科医です。これまでの知識経験を活かし

患者さんの第二の主治医として、または職員が Happy になれる働き方改革に取り組む所存です。前職専任だった医療連携には特に注力したいです。

患者さんへ 治療と仕事の両立にお悩みの患者さんはぜひひと相談ください。(両立支援コーディネーター)



わたなべ みき
渡邊 美希

診療科 内分泌代謝内科 (医員)

自己紹介など 久留米大学卒業後、医師歴6年目です。八女・筑後地区のお役に立つことができるよう努力して参ります。

患者さんへ 生活に寄り添い、気軽に相談していただけるような診療・外来診療を心がけています。

みどりの杜病院 入職医師紹介



おちあい ひでお
落合 秀夫 (みどりの杜病院)

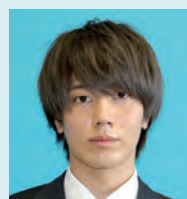
診療科 緩和医療科 (医長)

自己紹介など 八女市光友中学校を卒業、八女高校から鹿児島大学農学部でボート部に入りました。卒業後は山崎製パンに入社千葉に住みました。その後浪人し産

業医科大学入学、5年間は臨床(麻酔科)を行い、産業医や学医産業医を経て戸畑リハ病院で緩和ケアや訪問診療を行いました。

患者さんへ 地元出身です。何かありましたらご相談ください。可能な限り対応いたします。

2022年度 臨床研修医師紹介



かせ まさや
加瀬 聖也



はやしだ こうじ
林田 光二



まつふじ たかひさ
松藤 貴久

臨床研修医とは

厚生労働省の定める基準を満たす病院において、基本的な診療能力を身につけるために研修を受ける医師のことです。

当院の「特定行為看護師」を紹介します

看護師のお仕事

「特定行為」とは？

「特定行為」とは、高度で専門的な知識・技能を特定行為研修により身につけた看護師が、医師による手順書をもとに行う診療の補助のことです。

(厚労省 HP より)



特定行為看護師

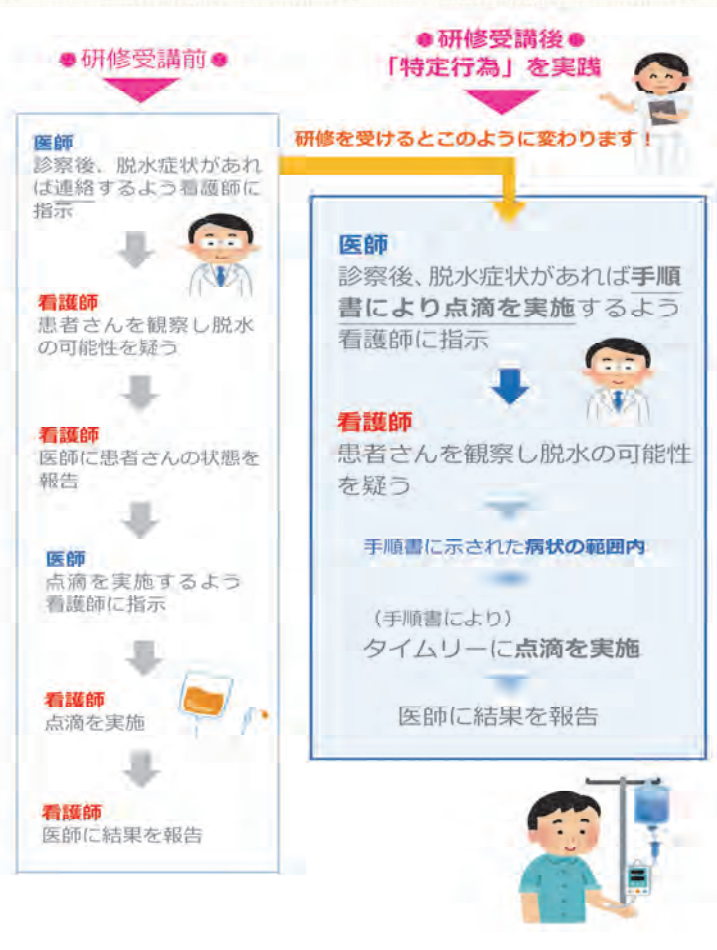
救急センター主任
廣松 武史

趣味:ゲーム
ランニング



ひとこと

スタッフから声をかけられやすいように
いつも心がけ、笑顔で頑張っています。



私は救急センターで主任として、日々の患者さんへのケアはもちろんのこと、病棟の円滑な運営やスタッフナースへの指導、助言などを行っています。

救急センターは、人工呼吸器を装着した患者さんの割合が多く、人工呼吸器管理の看護は重要です。

日々業務を行う中で、人工呼吸器の設定や鎮静薬の投与量の変更が必要になった時、これまでは、看護師が医師へ連絡し実施などの指示を受けていましたが、医師が手術や処置中などで、タイムリーに患者さんへの対応ができない場合もありました。

そのような中「特定行為研修」を受講することで、よりタイムリーに患者さんへの支援ができると思いました。

2021年9月に3区分の「特定行為研修」を修了し、2022年2月からはトレーニング期間として指導医と共に人工呼吸器の設定変更や挿管チューブの位置変更などを実践しています。



「特定行為研修」を受講したことで、知識が豊富になり、医師との有意義なコミュニケーションが可能となり、呼吸器設定や鎮静剤の投与量の変更が行えるようになるだけでなくすべての患者さんの看護実践で活かしていると思います。

これからは学び得た知識をスタッフナースへの指導・助言に活かすとともに、今後も実践を重ねながら質の高い看護・診療の補助業務を行い、患者さんのニーズに素早く対応できるようにしたいと思います。

当院へのお心遣いに感謝いたします

おにぎりの寄附をいただきました(#onigiri プロジェクト)

コロナ禍で奮闘する医療従事者に感謝を伝えたいと、日本を代表するシェフが八女市内にある高橋酒造さんと、地元の食材を使っておにぎりを作り、当院へ届けてくださいました。この企画は、関東にあるレストランを手掛けるシェフや実業家の方が、日本各地の生産者（今回は八女市:高橋商店様）などとの出会いを通じながらその土地でできる食材でおにぎりを作るというプロジェクトだったそうです。八女市出身の堀江貴文さんもおにぎりを作り当院へ届けてくださいました。早朝より準備し届けていただいた皆様、ならびに高橋商店の皆様の温かい心遣いに感謝いたします。



当日はほうじ茶でお米を炊き、八女の玉露茶の葉を具にしたおにぎりなど 300 個をご寄附いただきました。



写真中央前後:堀江貴文さん含むプロジェクトの皆さん



八女市・広川町の小学生よりメッセージカードが届きました！

八女青年会議所を通じメッセージカードが届きました。この企画は八女青年会議所による「みんなのねがい 2021 つなぐ思いを未来へ」というイベントで、八女の手すき和紙のカードに近隣の小学生が思いを込めて医療従事者へメッセージを記し、残してくれたものです。温かいメッセージ本当にありがとうございました。

他にも企業様からなどたくさんのご寄附をいただきました。感謝いたします。



株式会社フレーベル館様より（絵本）



明治安田生命様より（メッセージカード）



八女市地産地消推進協議会より（アレンジフラワー）

ちょっとひとこと

玄関前の絵画について…



作品名：(左)「バミールを越えて」／(右)「タシケルガン蒼天」
両作品ともにアフガニスタン、中国などにまたがる高原を描いた作品です。

皆さまは当院の正面玄関入ってすぐのところにある絵画をご覧になられたことがありますでしょうか？

縦 2 メートル・横 8 メートルの大作の絵画が、当院が開院した平成 6 年より飾られており、ともに壮大な風景がキャンバスに描かれています。絵画付近まで近づいて、首を上げて見てみると、スケールの大きさに圧倒されます。

待ち時間の合間にでもこの絵画を見ていただき、病院での時間を少しでも心穏やかに過ごしていただけたら幸いです。

洋画家 小田和典

1929 年、筑後市に生まれ独学で絵画を学ぶ。

1970 年頃より中東、ヨーロッパ、アフリカ、中南米などを旅する。

1982 年には地中海より中東を経てシルクロード内陸ルート歩く。

1995 年から 1997 年までは内モンゴル・ゴビ砂漠や東トルコを旅する。

2007 年に逝去。



福岡県は、うつ病が多い!? ～気をつけたいうつ病予防の3つのポイント～

みなさん、こんにちは。公立八女総合病院 産婦人科 宮川三代子です。

皆さん、突然ですが、全国で福岡県がいちばんうつ病に罹る人の割合が高い県だということをご存知ですか？

日照時間が短い国（フィンランドやスウェーデンなど）は、うつ病にかかる人が多いということは知っていましたが、北海道や東北より日照時間は長い福岡県が、うつ病に罹る人が一番多い県だったと聞いた時は、私もびっくりしました。

うつ病の発症の原因は…

今のところ正確にはわかっていないのですが、感情や意欲を司る脳の働きに何らかの不調が出ているものと考えられています。

特に、精神的なストレス（辛いこと、悲しいこと）・身体的なストレス（手術や骨折など）がきっかけになることが多いと思われていますが、実は、結婚や進学、引越しや就職など、ハッピーな出来事の後にも起こってしまうことがあります。

私も、これまでいろいろな経験をする中でうつになった経験があり、本当に辛い気持ちになった事を今でも覚えています。

当時の辛い時期を乗り越え今は幸せを感じて生きている私ですが、

ここで私がうつ病にならないために気をつけている3つのポイントをお伝えしたいと思います。

ポイント1 日光浴をしよう

日光を浴びると、**ビタミンD**が生成され、心や神経のバランスを整える幸せホルモン（セロトニン）を調整してくれる事がわかっています。

成人が1日に必要とするビタミンDは、5.5μg（マイクログラム）ですが「そんなに日光浴できないよ!」という声も聞こえてきそうですね。

でも大丈夫です。ビタミンDは**干し椎茸**や**うずらの卵**、**鰻**、**サンマ**などにも豊富に含まれていますので、日光浴が足りないと感じる時は、食品から摂取するといいでしょう。



うなぎの蒲焼 100g でおよそ 19μg（マイクログラム）、
干し椎茸 100g で 12μg ほどのビタミンDが摂取できます。

ポイント2. 朝は決まった時間に起きる

毎朝決まった時間に起きて、朝日を浴びることが体内リズムを整えるのにはとても重要です。

週末に2時間以上朝寝坊する人は、生活のリズムが乱れてしまい、翌週の半ばまでパフォーマンスが低下してしまうという調査結果があります。

私は、お休みの日でも平日と同じ時間に起き、子供達も平日と同じ時間に起こすようにしています。

質のいい睡眠のために、スマホの設定「画面表示と明るさ」をNight Shift（ナイトモード）に設定すると、自動的にディスプレイが暖かい色に変更されます。



一日中頑張った自分の目を睡眠前に労ってあげる時間にするといいですね。

ポイント3 適度な運動3分から始めよう

うつ病予防に一番効果的な運動は、朝起きてから1時間以内に行う朝日を浴びながらの「お散歩」です。時間は15分から30分がベストだと言われています。朝のお散歩は、セロトニンが活性化されて自律神経が整います。

「朝は、忙しい…」という方には、夕食後（就寝3-4時間前）の軽い運動がお勧めです。

適度に体を動かすことが快眠の必須条件です。



寝る前は、ヨガやストレッチなどゆっくりした動きの運動がいいでしょう。

朝、夜ともに1日3分からでも続けてみましょう。

必ず変化がありますよ。

皆さんが少しでも健やかに過ごせますように。
最後まで読んでいただきありがとうございました！

産科部長 宮川三代子



宮川 Dr.のオンライン講座
「思春期講座（生理痛勉強会）」
動画をHPにUPしました。
ぜひご視聴ください。

大豆ミート ラタトゥイユ

栄養科レシピのページ

今回は今話題の「大豆ミート」を使ってラタトゥイユ（煮込み料理）を紹介します。



ポイント

加水をせずに野菜から出る水分だけで作ること、野菜本来のうまみを濃縮させシンプルながら野菜の美味しさを感じられる一品になります。

野菜を炒めず、大豆ミートを入れるタイミングで野菜を入れて煮込めばさっぱりとした味わいになります。

【材 料】<1 人前>

- ・ズッキーニ(1/2 本)…1 cm輪切り
- ・パプリカ赤・黄(それぞれ 1/4 個)…乱切り
- ・ナス (1/2) …1 cm輪切り
- ・トマト(M 玉 1 個)…種を取り乱切り
- ・玉葱(1/4 個)…3 mmスライス
- ・ニンニク(1 片)…皮をむく
- ・大豆ミート(ミンチタイプ)…ボイルし戻す
- ・タイム(2 本)

【調味料】

- ・塩
- ・コショウ
- ・オリーブオイル



【作り方】

1. 鍋にオリーブオイルとニンニクを入れて火にかけ、香りが出たら玉葱を入れてしんなりするまで炒める。
2. 1 にトマトとタイムを加え、トマトの水分が全体になじむまで弱火で煮込む。
3. 大豆ミート独特の臭みを消すため、茹で戻した後、冷水で軽く洗いきよく絞り、2 の鍋に加える。
4. フライパンにオリーブオイルを入れて、ズッキーニ、パプリカ、ナスを焼き目がつくまで炒め、塩とブラックペッパーで調味する。
5. 4 の野菜を 2 の鍋に入れてヘラで全体を 3 回ほどさっくりと混ぜ合わせ、蓋をして弱火で 30 分煮込む。

話題の食材「大豆ミート」とは…

大豆ミートとは、油分を絞った大豆を加工し、お肉の食感を再現した加工食品です。

お肉に比べてもひけを取らないたんぱく質量であるとともに、低脂肪で食物繊維も豊富でありダイエット食品としても人気です。

グルテンフリーでビタミンやミネラルもたっぷり。

お肉や魚と合わせて上手に食卓に取り入れている人も多いようです。

最近は度々メディアで紹介され一般的なスーパーでも販売されるようになりました。

調理も簡単ですので 1 度「大豆ミート」を取り入れた料理を作ってみてはいかがでしょうか？



※「大豆ミート」は様々な形状のものがあります。

チェック

栄養科レシピのページをオープンしました！

当院のホームページ内「栄養科レシピ」のページもチェックしてみてください。

HP 内
栄養科
レシピ



編集後記

新しい年度が始まり、当院にもたくさんの職員が新たに入職しました。新入職員のキラキラした表情や表紙の写真の桜を見て、気持ちも新たにフレッシュな気持ちで業務に取り組んでいきたいと思いました。

発行：公立八女総合病院 編集：事務局総務課企画係



毎週土曜日は休診です

※急患は対応します※

公立八女総合病院 外来診療 担当一覧

令和4年5月～

診療科	内 容	月 曜	火 曜	水 曜	木 曜	金 曜	備 考
総合診療科	午 前	○	○	○	○	○	
	午 後	○	○	○	○	○	
消化器内科	※予約の方のみの診療（非常勤医師による診療体制のため） ※紹介の方の受付もできません						※肝炎ウイルス検診は火・木曜日
血液・腫瘍内科	午 前	○	○	○	○		
	午 後			○			
神経内科	午 前		○			○	
	午 後		○			○	
膠原病内科	午 前	○	○	○	○	○	
	午 後	○		○		○	
内分泌代謝内科	午 前	○	○	○	○	○	
	午 後		○★				★第1・3火曜日のみ
心臓・血管内科	午 前	○	○	○	○	○	★ペースメーカー外来は月曜日14:00～（受付13:30～）
	午 後	ペースメーカー外来★					
腎臓内科	午 前	○	○	○	○	○	
	午 後		○			○	
呼吸器内科	午 前	○	○	○	○	○	※禁煙外来は、禁煙補助薬の供給不足により休診中です ※急患は午後も受けますので事前に連絡、紹介状を持参ください
外 科	午 前	○	○★	○	○★	○	★火曜・木曜は受付11:00まで
	血管（午前）				○		
	乳腺（午後）			○★		○	★水曜日は第1・3週のみ（14:00～15:00）
その他の外科外来診療日詳細はHPおよびQRコードでご確認ください。							
脳神経外科	午 前	○	○	○		○	※午後は紹介状持参のみ（事前にお電話ください）
	午 後	○	○	○	○★	○	★予約のみ
整形外科	午 前	○	○		○	○	
産婦人科	午 前	○	○	○	○	○	※子宮がん検診（月～金曜日）
皮 膚 科	午 前	○	○	○	○	○	
泌尿器科	午 前	○	○	○	○ （受付10:30まで）	○	
耳鼻咽喉科	午 前	○	○		○		※新患は紹介状持参のみの受付
眼 科	午 前	○ （受付11:00まで）	○ （受付10:00まで）	○★ （受付10:00まで）	○ （受付11:00まで）	○ （受付10:00まで）	※新患は紹介状持参のみの受付 ★黄斑外来は第1・3・5水曜日のみ
小 児 科	午 前	○	○	○	○	○	※第2・4土曜日のみ診療（予約・紹介状持参患者のみ）
	心臓（午前）		○				
	内分泌（午前）					○★	★第2・4木曜日のみ
	午 後	○	○	予防接種	○	○	※予防接種：水曜午後（事前に電話予約）
精 神 科	午 前			○★	○★		※臨床心理士…月～金曜日
	午 後	○★					★予約のみ
放射線診断科	午 後	○	○★	○★	○★	○	★火・水・木外来制限あり
放射線治療科	午 前		○	○			
	午 後			○			
ハイパーサーミア		○	○		○		※時間はお問い合わせください
緩和ケア科	午 前		○	○	○	○	午前診療時間：10時～12時
	午 後		○				午後診療時間：14時～16時
歯科口腔外科	午 前	○	○	○	○	○	※新患受付は10時まで

外来診療
受付時間初診
再診

8:30～11:00

8:00～11:00

TEL:0943-23-4131

FAX:（代表）0943-22-3185

医療連携室:0943-22-6929

外来診療
担当一覧
QRコード