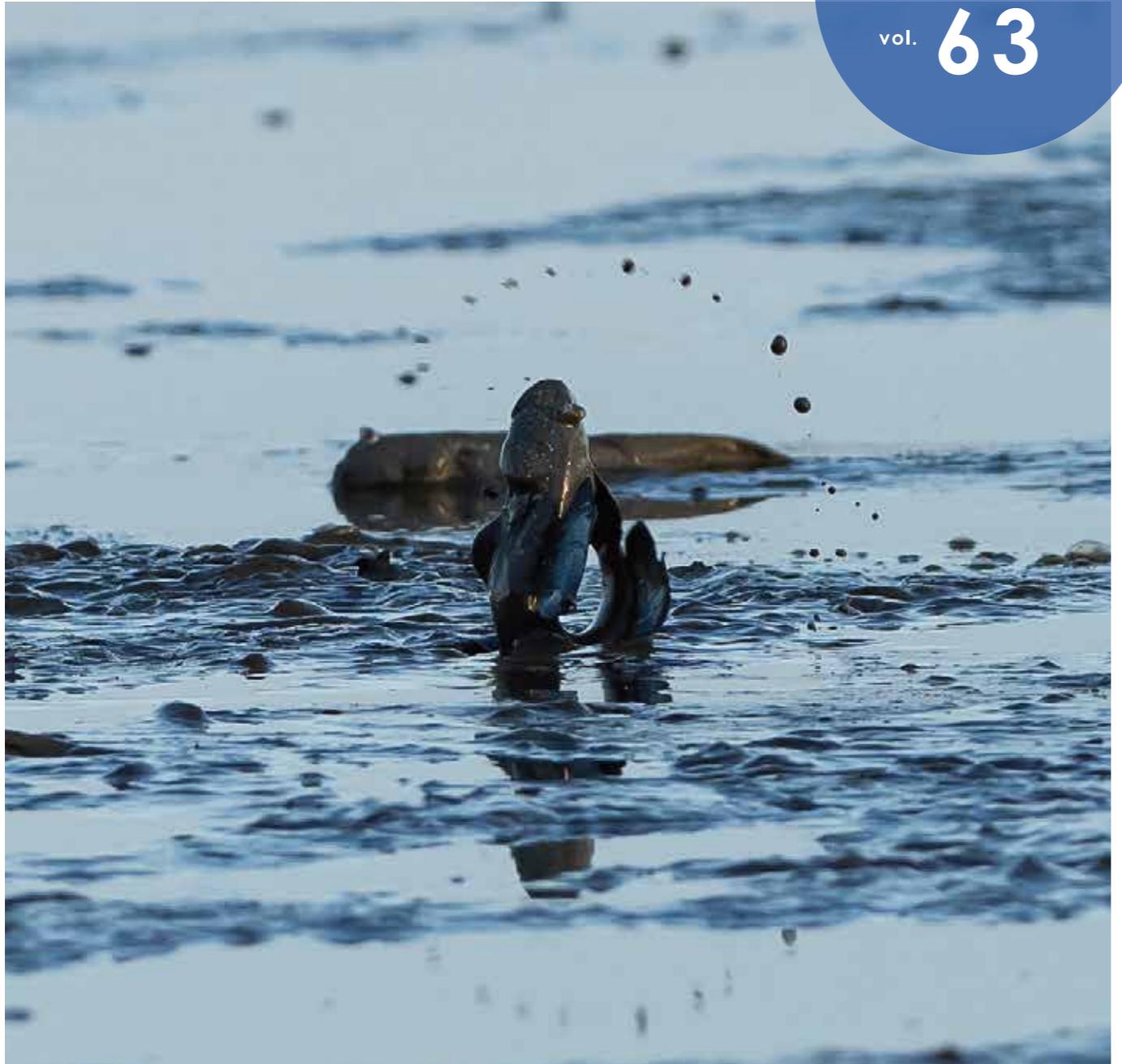




YOKO CLUB

ヨコクラブ

2021
SUMMER
vol. 63



ムツゴロウ

特集

病院機能評価

病院長メッセージ／部門紹介／ドクターインタビュー／季節のレシピ

* 来院前問診のご案内（スマートフォン用） *

当院では診察開始までの待ち時間短縮のため「AI問診システム Ubie」を導入しております。
ヨコクラ病院のホームページ（<http://yokokura-hp.or.jp> PCサイト・スマートフォンサイト）から利用可能となっております。ご協力よろしくお願い致します。

The first screenshot shows the main homepage with a red box around the '来院前問診はこちら' button. A callout bubble points to it with the text '①「来院前問診はこちら」を選択'.

The second screenshot shows the 'Smartphone Pre-Consultation' screen. It has a red box around the 'スマートフォン問診をはじめる' button. A callout bubble points to it with the text '②「スマートフォン問診をはじめる」を選択'.

The third screenshot shows a list of symptoms or conditions with checkboxes. A red box highlights one checkbox, and a callout bubble points to it with the text '③該当する項目を選択'.

④問診が全て終わると PH から始まる 6桁の数字が表示されます。
来院後、または電話連絡時に 6桁の番号を病院に伝えて下さい。

※2021年8月20日時点での掲載内容です

聴しんき [編集後記]

東京オリンピック・パラリンピックも終わりましたが、まだまだ暑い日が続きますね。ステイホームでだらけきった体を引き締めるべく何か新しいスポーツでも始めてみようかなと思っています。今は暑くてとてもじゃないけど動けなさそうなので、10月ごろからスタート出来ればいいなあ。それでは2021年夏号、楽しんでご覧ください。

放射線科 豊嶋



社会医療法人 弘恵会 ヨコクラ病院

〒839-0215 福岡県みやま市高田町濃施 480-2
TEL : 0944-22-5811 FAX : 0944-22-2045
URL : yokokura-hp.or.jp

Facebook ヨコクラ病院 公式ページ
www.facebook.com/yokokurahp

お問合せ：ヨコクラ病院 広報委員会

表紙のおはなし

「ムツゴロウ」

夏の風物詩でもあるムツゴロウのジャンプを撮影しました。日本においては有明海・八代海でしか見ることが出来ず、有明地区では昔から親しまれてきました。みやま市の隣に位置する柳川市のムツゴロウランドで見ることが出来ますので、ぜひみなさんも絶滅危惧種でもある貴重なムツゴロウを見に行きませんか？

[Photo]
放射線科 古賀



病院機能評価

当院は2021年3月に
病院機能評価を受審し

ておりましたが、この度、「地域に根ざし、安全・安心な医療サービスを提供すべく日常的に努力している」として認定を受けることができました。評価内容は①患者中心の医療の推進、②良質な医療の実践(診療・ケアにおける確実・安全性)、③各部門の機能発揮、④病院組織の運営・管理状況の4領域に分けられます。今回、各領域において一定以上の水準として評価をいただいた反面、明確な課題を提示していただきました。今後の質改善活動に役立て、当院理念「病む人の心を大切に全人的医療をおこなう」に基づく医療体制を整えていきます。



HOSPITAL DIRECTOR MESSAGE

病院長メッセージ



社会医療法人
弘恵会
副理事長

横倉 義典

YOSHINORI
YOKOKURA

「次のコロナ時代」

今年の夏は、大雨長雨でした。幸い地域において洪水浸水の大きな被害は出ません。したがお盆の前後の大雨についてはいつ収まるのか、地盤は持つのかと心底心配になりました。例年酷暑に悩まされいつ気温が40度を超え、海外で言われる熱波が押し寄せますかと心配していますが、今年はちょっと違いました。もちろんオリンピック、パラリンピックが東京で開催されるという特別な年でもありますので、例年とは一味違ったのかかもしれません。ただ共通するのは今までにない気象状況という点でしょう。明らかに今までの気候とは異なっています。今は間違なく子供達に安全な地球を残せるのか心配になります。

一方でコロナが世の中で猛威をふるっているのは変わりません。しかし人類も消毒や感染防御体制を備え、ワクチンを手に入れ次には治療薬に手が届きそうで、こちらは一步ずつ前進している感覚をもっています。しかし、ついに第5波が起こり福岡県でも一

日1000名を超える感染者が出ました。世界では400万人を超える死者が出ていますが、日本では1万7千人が突然亡くなるという意味で多いでしょうし、世界的な感染爆発の中での人口当たりの人数となれば少ないと言われます。一人でも健康を害する人が減ることを祈るばかりです。

そして、いよいよコロナ時代の次のステップです。コロナウイルスは居なくなりません。いかに感染予防をし、発症を抑え、発症した人を安全に治療できるか。医療従事者や医療機関には感謝の言葉と共に様々な批判も投げかけられています。また、家族友人が笑顔で会えるように。未知のウイルスから既知のウイルス、疾患に変えてゆくのも、私たち一人一人の心がけと取り組み次第です。医療従事者としての正確な知識と自制ある行動で、前に進んで行きましょう。



ドクターインタビュー

Vol.
13

ふくだ のぶよし
福田 宣義

福岡大学医学部卒。2020年社会医療法人弘恵会 ヨコクラ病院入職。
専門は整形外科。趣味は釣り。

— 趣味はなんですか？休日の過ごし方は？
釣りをして過ごしています。
日帰りで五島列島まで行く事もあります。磯釣りがメイン

か？
幼稚園・小学生時代も肥満児でした。中学生の時にバレーボールに入りました。人生で一番のモテ期が到来しました。高校でもバレーボルに入りましたがモテ期は続きませんでした。大学ではボート部と軽音楽部に入り、ギター・ボーカルを担当していました。とても楽しく充実した学生時代を過ごす事が出来ました。心が満たされていましたね。

— 医師を目指したきっかけは？
実家が病院と医院をしており、4人兄妹の末っ子でしたので、兄達に習い自ずと医師を目指すようになりました。モテようと思って目指した部分もありますが、人生そう上手く事は運びませんでした。

— どんな学生時代でしたか？
幼稚園・小学生時代も肥満児でした。中学生の時にバレーボールに入りました。人生で一番のモテ期が到来しました。高校でもバレーボルに入りましたがモテ期は続きませんでした。大学ではボート部と軽音楽部に入り、ギター・ボーカルを担当していました。とても楽しく充実した学生時代を過ごす事が出来ました。心が満たされていましたね。

— スタッフに求めることは？
マスク社会になってしまったので皆さんの素顔を見る事が出来ないのが残念ですね。手足の痛みや腰痛などあります。たら気軽に相談してください。リハビリしましょう。

ヨコクラ病院

部門紹介

リハビリテーション科

リハビリテーション科は現在42名のスタッフにて、入院、外来、在宅訪問、併設の介護老人保健施設でそれぞれのリハビリを行なっています。機能回復の専門職として理学療法士、作業療法士、言語聴覚士の3職種があり、麻痺の回復、筋力や体力の回復、生活動作の再獲得、言葉や食事の時の飲みこみをスムーズにする等をできるように連携して活動をしています。リハビリの治療期間は長期に渡ることも多いため、医療保険でのリハビリだけでなく、介護保険を使った生活期のリハビリを住み慣れた自宅で行う訪問リハや介護老人保健施設で入所や通所リハビリまで連携をとつて対応できることが当院の強みだと考えています。

また介護老人保健施設では介護が必要とならないように予防教室も行っていますので、ぜひご利用ください。



健康診断のご案内

健康診断をヨコクラ病院で受けましょう！

ヨコクラ病院の健康診断は、人間ドックや一般的な健康診断のようなベーシックなものはもちろん、簡易的な検査も行っています。特に簡易的な検査は、短時間で検査ができるのが特徴です。予約が必要な検査も事前に予約していただければ、たとえば、診察の待ち時間や付き添いの時間。ちょっとした時間を利用して、検査を受けることができます。ぜひ、“ちょっとした時間”を利用して、健康チェックに役立ててください。



健康診断専用待合室

事前予約が不要な検査

基本コース	こんな方にオススメ	検査概要	料金（税込）
簡易検査コース	普段から健康が気になる方	採血検査	700 円
骨密度測定コース	特に 50 歳以上の女性	骨密度検査	1,890 円

事前予約が必要な検査

基本コース	こんな方にオススメ	検査概要	料金（税込）
肥満コース	お腹周りが気になり出した方	腹部CT検査	3,000 円
肺コース	喫煙歴のある方 咳や息苦しさがある方	胸部CT検査	5,000 円
脳コース	身内に脳卒中を発症された人がいる方	頭部MRI検査	8,000 円
乳がん検査	特に 30 歳以上の女性	マンモグラフィー・触診検査 (検査実施後、後日診察があります)	5,000 円
人間ドック	一般的な健康診断より詳しく調べたい方	胃部内視鏡検査や上腹部超音波検査などを含めた日帰り検査	35,200 円

急患対応時はお待たせする場合があります、あらかじめご了承ください。



作り方

- レバーを食べやすい大きさに細長く切り、冷水に 15 分ほどさらし血抜きをする。
- 水気を軽く取ったら①を A に 15 分ほどつける。
- 豚肉を食べやすい大きさに切っておく。
- ピーマンは縦に割って種を取り除いたらよく水洗いし縦にせん切りする。
- 玉ねぎは皮をむき、ピーマンと同じ幅にスライスにする。
- フライパンに油を熱し、②に片栗粉をまぶしてきつね色になるまで両面を焼く。
- ⑥に豚肉を入れてよく炒めたら、玉ねぎ、ピーマンの順に強火で炒める。
- B を絡ませて味を馴染ませる。

豆知識

牛レバーは、レバーの中でもやわらかい肉質と濃厚なじわいが特徴で、焼肉や炒め物・炒め物に向いています。豚レバーは、牛レバーよりも弾力がありしっかりとした食感が特徴で、3種類の中で最もたんぱく質や鉄分が豊富なことから鉄分を摂取したい方は、豚レバーがおススメです。鶏レバーはいちばんクセがなく、煮物や焼き鳥、レバーベーストに向いています。鶏レバーの中で、ガチョウの脂肪を蓄えたレバーのことを『フォアグラ』といい、世界の三大珍味のひとつです。

材料 2人分

- A
- 牛レバー 100g
 - 酒 小さじ 2
 - 生姜 小さじ 1
 - にんにく 小さじ 1
 - 片栗粉 大さじ 1
 - サラダ油 10g
 - 豚肉ロース 100g
 - ピーマン 100g
 - 玉ねぎ 100g
- B
- 焼肉のタレ 大さじ 1 と 1/2
 - オイスターソース 小さじ 2

栄養のポイント

レバーは貧血予防に効果的な鉄が多く含まれていることでよく知られていますが、鉄だけでなく、目や皮膚に保つビタミンAや疲労回復に効果があるビタミンB群などのビタミンを摂取することができる栄養素の宝庫でもあります。ビタミンAは緑黄色野菜が多く、食べ過ぎても過剰症になることはありませんが、栄養価の高いレバーを毎日のように食べると頭痛などの過剰症がありますので、食べすぎには注意です。

一般的によく知られているレバニラ炒めですが、これは理にかなっていて玉ねぎやニラ、にんにくなどに含まれる硫化アリルという辛味成分が、レバーのビタミンB1の働きを持続させて疲労を回復し、夏バテなどで食欲がない時のスマニア増強にはピッタリの組み合わせです。

| YOKOKURA HOSPITAL |

STAFF TOPICS

出産おめでとう！



6/17 出産
事務部
永田 淑美
よなこ
ちゃん



3/30 出産
薬局
横瀬由美
ようせ
みや子ちゃん

結婚・入籍おめでとう！

- 3/31入籍 松尾 恭平(東3病棟)・真由(東4病棟)／旧姓:川島
5/5入籍 平尾 早(西3病棟)／旧姓:又田
7/13入籍 加治卓人(リハビリテーション科)・怜奈／旧姓:瀬戸
7/18入籍 松本りか(西3病棟)／旧姓:福田