

こぶしの花だより



今年の秋は暖かい日が続いて過ごしやすかったですね。暖かったせいか、なかなか色付かず、やっと写真に収めることができた病院の庭園のもみじです。これから冬がやってきます。この冬は暖冬とされていますが、お鍋やシチューなどの料理で温まったり軽い運動をしたりして、体温を上げて風邪など引かずに過ごしましょう。



5 病棟の園芸で収穫したシルクスイートという品種のさつまいもです。その名の通り、とっても sweet でした (^^)。

行事報告

～秋の宴～

当院恒例行事の「秋の宴」を11月7日に開催予定でしたが、雨天が予想されたため、やむをえず中止と致しました。当日は入院患者さんを対象に院内の多目的ホールにて縮小して「秋の宴」を開催しました。三味線演奏とシャンソン歌唱があり、入院患者さん達は興味深く聴き入っておられました。来年は好天に恵まれることを願っております。



～6 病棟敬老会～

当日は多くのご家族の方にもご参加いただき、とても楽しい時間を過ごす事ができました。これからも皆さんが健康に楽しく過ごされるようにと願った1日となりました。



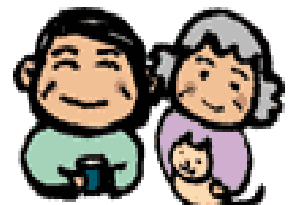
ご長寿の方へ院長より
表彰状が渡されました。



普段のおやつは栄養科で作られます。どれも美味しそうです。



大牟田市の今年の話題と言えば、世界遺産登録。
皆さんと炭坑節を踊って楽しみました。



ロコモティブシンドロームについて ～その1～



総務省によると、わが国の 65 歳以上の人口は 3,272 万人（平成 26 年 12 月資料）で、総人口に占める割合は 25.7%（平成 2 年では 12%）となっています。大牟田市では、65 歳以上の人口は 39,811 人で、総人口に占める割合は 32.9%と高くなっています。ちなみに駿馬北校区は 40.0%、上官校区は 36.5%となっています。（大牟田市の統計は平成 26 年 10 月 1 日のもの）

以上のようにわが国は長寿社会となりました。実際の寿命だけではなく、世界保健機構が提唱した健康寿命（日常的に介護を要しない期間）は厚生労働省によると男性が 70.42 歳、女性が 73.62 歳となっています。（厚生労働省「健康日本 21（第二次）の推進に関する参考資料」平成 24 年 7 月より）日本人の平均寿命との差は男性では約 9 年間、女性においては約 12.5 年間の期間があります。この期間は日常生活に制限のある「健康ではない期間」を表すことになります。ここに問題が生じてきます。介護の問題です。

平成 12 年に介護保険制度が施行されて以来、要介護認定者数は増え続けています。施行当初 220 万人でしたが、平成 22 年には 500 万人を超え、75 歳以上の人のほぼ 3 人に 1 人は要介護認定者となっています。ちなみに大牟田市の要介護認定者は約 7,500 人です。（平成 26 年 3 月）



いったい、要介護状態になる原因は何なのでしょう？

実は、全体の約 2 割は運動器の障害が原因であることがわかっています。更に男女別でみると、男性に一番多い疾患が脳卒中で約 3 割、一方女性の 3 割近くが運動器疾患によるものです。男性にとっては脳卒中の予防が重要です。そのためには、高血圧症、高コレステロール血症に気を付けること、すなわちメタボリックシンドローム予防ということになります。一方、女性にとってはロコモ予防が重要ということになります。この“ロコモ”とは、ロコモティブシンドロームのことで、現在ロコモの人口は予備軍も含めて約 4,700 万人とされています。（東京大学 22 世紀医療センターによる調査結果）ロコモに特に関係が深い疾患は、変形性膝関節症、変形性腰椎症、骨粗鬆症と考えられています。この調査によるとそれぞれの病気の推計人口は、変形性膝関節症は 2,530 万人、変形性腰椎症は 3,790 万人、骨粗鬆症は 1,300 万人となっています。この数字はメタボの人口、高血圧症 3,970 万人、糖尿病 820 万人、脂質異常症 1,410 万人に匹敵する数になっています。

〈ロコモティブシンドローム〉

運動器症候群といいます。「運動器の機能不全」のみならず、要介護状態に近づいた状態を指します。

例えば、

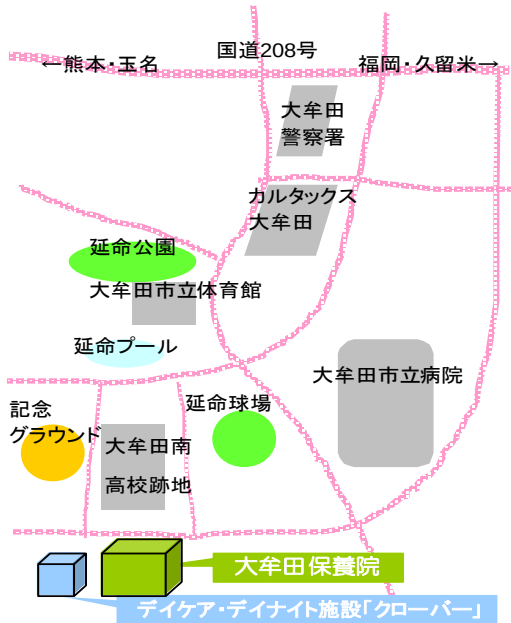
- ・階段を上るのに手摺りが必要である
- ・15 分くらい続けて歩けない
- ・この 1 年間で転んだことがある
- ・横断歩道を青信号で渡り切れない
- ・支え無しには椅子から立ち上がれない
- ・転倒への不安が大きい
- ・片足立ちで靴下がはけない
- ・家の中でつまずいたり、滑ったりする

などを指しています。



次回は「ロコモティブシンドローム」について、もう少し詳しくご紹介します。

当院までのアクセス



* JR、西鉄「大牟田駅」より徒歩で約 15 分。車で約 5 分。

* 西鉄バスで大牟田市立病院下車し、徒歩で約 5 分。

信和会関連施設



大牟田保養院（精神科・心療内科・老年精神科・内科）

認知症治療病棟 けやき

精神科訪問看護

精神科デイクア・デイナイト施設 クローバー

介護老人保健施設 はなぞの

居宅介護支援事業所 はなぞの

訪問介護事業所 はなぞの

訪問看護ステーション はなぞの

通所リハビリテーション はなぞの

訪問リハビリテーション はなぞの

小規模多機能型居宅介護 花ごよみ

介護予防拠点地域交流施設 いこい

外来担当医

平成 27 年 12 月現在

	精神科	内科
月	村田・犬塚	
火	蓮澤・三重野	久保田
水	蓮澤・村田	久保田
木	蓮澤・村田	
金	犬塚・三重野	久保田
土	山下	久保田

外来受付 午前 8 : 30 ~ 11 : 30

外来診療時間 午前 9 : 00 ~ 12 : 30

※初めて受診される方は、事前に当院外来までお電話下さい。

大牟田保養院理念

「私たちは、医療の質の向上と信頼される病院づくりを
目指しています」

— 7 つの基本方針 —

1. 誠実、共感、信頼を基本に、心の通うあたたかい病院を目指します。
2. 地域住民の「こころの健康」を守ることにより、心豊かに安心して暮らすことのできる社会づくりに貢献します。
3. 高い技術力と高品質の医療を提供します。
4. わかりやすい説明と同意のもと、安全で効率的な医療を提供します。
5. 関係機関との連携を深め、地域医療の工場に努めます。
6. 職員の教育・研修を積極的に行い、資質の向上に努めます。
7. 職員が十分に能力を発揮でき、充実した人生が送れる職場環境づくりに努めます。

— 7 つの行動指針 —

1. 患者さんの喜びを自分の喜びとします。
2. 患者さんの問題を自分のものとして受け止め、真摯に対応します。
3. 地域の方に支えられてこそ、病院が存続すると思えます。
4. 患者さんのプライバシーとセキュリティを守ります。
5. 清潔さを保ち、安全で事故のない環境を築きます。
6. 新しいことへチャレンジし、仕事を通して自分を高めます。
7. 絶えず学び、成長し続けます。

編集後記

今年は皆様の周りでどのようなことがありましたか？私、個人的には特別体調を崩すことなく、無難に過ごせたかな、といったところですが、ただ、毎日朝から反抗期を迎えた息子にイライラしながら出勤するようになりましたね**、あと少しで今年も終わりということで、嫌なことは今年で終わりにして（いや、まだ反抗期は続くかな><）、また新しい年は気持ち良く迎えられたいな、と思います。皆様、良いお年をお迎え下さい。

広報委員 今岡 恭子