



# 明野ふくろう便



明野中央病院広報誌

vol.18

日本医療機能評価機構 認定病院

## 新年のご挨拶

院長 木下 昭生

新年あけましておめでとうございます。旧年中は当院をご利用いただき、心よりお礼申し上げます。

昨年は、宮崎県の新燃岳の噴火、東日本大震災、紀伊半島の台風による被害、タイの豪雨による広範な都市の浸水など、いかに科学や経済が発達しても人類は天災にとても太刀打ちできないものだということを再認識させられた1年でした。特に東日本大震災は、広範な大地震に加え、1000年に一度といわれる大津波、さらには原発事故による放射線障害と、東北地方を中心に甚大な被害をもたらしました。被災された皆様にも心よりお見舞い申し上げますとともに、亡くなられた方々のご冥福をお祈り致します。東北地方の復興、復旧は決して短期間に終わるものではなく、これから数年間、日本全体で全力を挙げての支援が必要だと思えます。

さて、大震災では、日本人の非常

時の「絆の強さ」が世界から称賛されました。しかし、実は日本の常時の「絆は、大変な状況に陥っています。自殺者が過去数年3万人を超えています。また、一昨年には家族と同居しているはずの高齢者の安否が長期間不明という事例が全国で多数判明し、「無縁社会」という言葉がクローズアップされました。常時の社会の絆の目安である国の社会保障費もほころびが目立ってきました。

国の財政は、収入を大幅に上回る支出を余儀なくされ、赤字国債で補わざるを得ない状態で、長期債務も1000兆を超えました。その中で社会保障費の増加が問題の一つとされています。わが国の総医療費は、世界水準では決して高くはありません。しかし、少子高齢化、医療内容の高度化で、これから毎年、国民医療費は確実に増加していきます。皆が平等に医療を受ける権利、すなわち世界に誇る国民皆保険があること



は誇るべきことですが、同時に医療を受けられるしくみを守る義務もまた国民にあることの再認識が必要だと思えます。

当院は昨年10月、日本プロボウリング協会会長の中山律子さん、宮崎大学医学部整形外科の帖佐悦男教授をお招きして「明野中央病院健康セミナー」を開催し、多くの皆様のご参加をいただきました。また、ボランティア会の方々を中心に、院内での新春寄席、ティーパーティー、クリスマス会を始め多くの行事を開催していただきました。

今年も、特に院内各部署で医療安全対策に力を入れ、地域の皆様との「絆」を大切にしたいと目指していきたく思います。皆様にとって今年が素晴らしい有意義な一年になることを祈念して新年のご挨拶とさせていただきます。

今年も明野中央病院をどうぞ宜しくお願いいたします。



## 外来担当医師のご案内

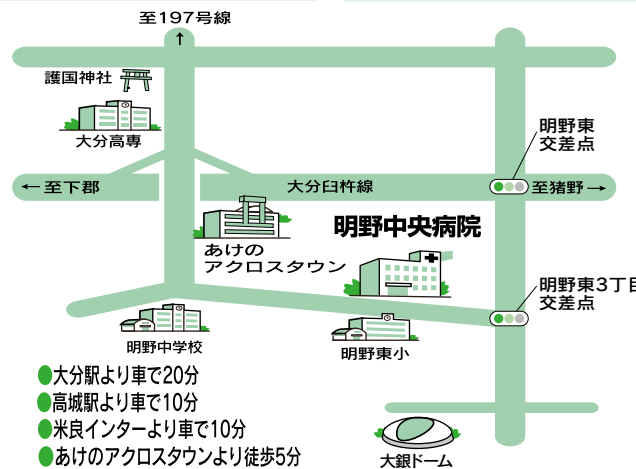
担当医師名	午前	月	火	水	木	金	土
		休診					
院長 木下 昭生	午前	○	○	○	○	○	○
	午後						休診
内科部長 西宮 実	午前	○	○	○	○		○
	午後			○			休診
宮崎 眞理	午前	○				○	
	午後	○					休診
大谷 哲史	午前						
	午後		○				休診
石井 寛	午前						
	午後				○		休診
井上 佑子	午前						
	午後				○		休診
森永亮太郎	午前						
	午後					○	休診

担当医師名	午前	月	火	水	木	金	土
		休診					
副院長 中村英次郎	午前	○	○		○	○	○
	午後			○ 15:30~			休診
こつ・かんせつ・リウマチセンター長 藤川 陽祐	午前	○	○	○		○	○
	午後				○		休診
整形外科部長 井口 竹彦	午前						
	午後	○	○	○		○	休診
橋本 二郎	午前						
	午後			○			休診



## INFORMATION

診療科目	受付時間
内科・消化器内科・リウマチ科 整形外科・形成外科 リハビリテーション科 麻酔科(森 正和)	月曜日~金曜日 8:30~11:30 14:00~17:30 土曜日 8:30~11:30 日曜日・祝祭日 休診



**病院理念**  
医療・介護を通じ、患者さんの生活の質の向上に努める

**基本方針**

- 一、家庭的な優しい医療・介護の実施に努めます
- 一、地域の皆様から安心・信頼される病院づくりに努めます
- 一、患者さんひとりひとりの権利を尊重するように努めます
- 一、たえず医療・介護の質の向上に努めます
- 一、地域の健康増進・病気の予防に努めます

**患者さんの権利について**

私共は、患者さんの権利に関するリスボン宣言を遵守致します

1. 平等で最善の医療を受ける権利
2. 安全に医療を受ける権利
3. 治療を自由に選択し自己で決定する権利
4. 治療内容を知る権利及び知らない権利
5. プライバシーが守られる権利
6. 他の医師や第三者の意見も聞き納めて治療を受ける権利 (セカンドオピニオン)

医療法人社団 唱和会

**明野中央病院**

日本医療機能評価機構 認定病院

発行日 2012年1月  
〒870-0161 大分市明野東2丁目7番33号  
TEL 097-558-3211 (代表) FAX 097-558-3709  
E-mail akenohp@fat.coara.or.jp  
http://www.coara.or.jp/~akenohp/



第3回  
明野中央病院  
健康セミナー

ロコモ(ロコモティブシンドローム)予防  
肩・腰・ひざの健康のために  
さわやか！運動のすすめ

11月20日(日)あけのアカロスタウン3階アカロスホールにて「第3回明野中央病院健康セミナー」を開催しました。今回は「ロコモ(ロコモティブシンドローム)予防」をテーマに取り上げ、肩・腰・ひざなどの運動器官の健康維持に対する運動の効果について専門家を迎えてさまざまな角度からスポットを当てました。ロコモ(ロコモティブシンドローム)とは、加齢などにより骨や関節、筋肉などの機能が衰えて、全身のパランス能力低下、転倒、骨折ひいては寝たきりなどにつながる危険性が高い状態のことです。この「ロコモ」予防に適切な運動が推奨されています。

セミナーに先立ち、当院職員による健康相談などの「健康フェア」を実施しました。血圧や血糖測定、骨粗鬆症のリスクを測る骨密度測定や、血管年齢、肺年齢測定検査、体力測定、最新の電動車椅子の試乗体験、リハビリ用のロボットスーツの体験コーナーなどに大勢の方のご参加をいただきました。



▲健康フェア血圧・血糖測定コーナー  
検査の結果を看護師が説明しました

セミナーでは、特別講演として「健康と長寿は運動から」『ロコモ』について知っていますか?と題し、宮崎大学医学部整形外科教授の帖佐悦男先生の講演を行いました。帖佐先生は、腰やひざなどの運動器疾患の研究・治療の専門医であり、医学面からスポーツ選手をサポートするスポーツドクターの第一人者としても幅広く活躍、NHKテレビ「ここが聞きたい!名医にQ」にも出演しロコモティブシンドロームについて解説するなど、「ロコモ対策」の専門家です。講演では、

7つのロコモチェックやロコモとメタボの関係、高齢者の運動の注意点など、ユーモアを交えてわかりやすく説明されました。

帖佐先生の講演に続き、「ロコモ体操でロコモ予防」と題し、宮崎大学医学部附属病院リハビリテーション部技師長の宮崎茂明先生による運動の実演指導を行いました。宮崎先生は、理学療法士、日本体育協会公認アシレッツクトレーナーであり、大学病院での治療・研究の傍ら、帖佐教授と共にロコモ予防の体操の開発・普及に幅広く



宮崎大学医学部整形外科  
帖佐悦男教授による  
特別講演



▲宮崎大学医学部附属病院  
リハビリテーション部技師長  
宮崎茂明先生による  
体操の実演指導

く活躍されています。講演では、ロコモ体操について具体的に解説をした後、実際にステージ上で実演していただきました。

本セミナーには、特別ゲストとして「ボウリングのさわやか律子さん」と、中山律子さんをお迎えしました。中山さんは、1970年代に起こった空前のボウリングブームの立役者であり、女性初のパーフェクトゲーム達成やテレビCMの大ブレイクなど、人気、実力共に日本ボウリング界の第一人者として活躍されてきました。現在でも日本ボウリング界全体の運営指導に当たっています。講演では、ボウリングとの出会い、現役時代の苦労話、現在の職務や日頃の健康法など、「さわやかな」笑顔で話されました。



▲特別ゲスト中山律子さんの講演  
後半にはボウリングのワンポイントレッスンも行われました

最後に、当日の講師3名に当院の村副院長も加わり、「自分に合った運動で、イキイキ活動的な毎日」をテーマに座談会を行いました。会場の参加者からの質問にも答えるなど、ステージと会場が一体となったアットホームな座談会となりました。



▲講師の方々による座談会  
会場からは健康に関する質問が多く寄せられました

木下院長が、糖尿病の方が太り気味の時にどうやってやせたら良いかを中心に解説し、糖尿病の体重増加の原因や「食べる量」「高カロリー食事」の増加が肥満の原因の70%を占めていること、急激な減量を行わずに体重日記をつけながら少しずつ穏やかに減量を進めることが体重管理を長く続ける秘訣と話しました。

続いて管理栄養士の中村より、秋も深まり美味しくなった旬の果物をテーマに取り上げ、果物の良いところや糖度やカロリーなどの違いによる食べる時の注意点等を解説しました。会場からも「果物は日頃食べたいけど食べないように我慢していた。量などに注意して旬の果物を上手に食べていきたい」と感想が聞かれました。

第11回  
ボランティア会を開催

当院は多くのボランティアの方々によって支えられています。ボランティアの方々の日頃の奉仕活動に対する感謝と当院の近況報告を兼ねて第11回目となるボランティア会を11月11日(金)に行いました。今回は10名のご参加を頂き、参加者には当日の入院患

者用の昼食を試食して頂きながら当院の近況報告と意見交換会を行いました。

当院を支える皆様の善意に心より感謝申し上げますとともにこれからどうぞよろしく願っています。

▲ボランティア会に先立ち、  
正面玄関の花の植え替えも  
行っていただきました



▲ボランティア会の様子  
活発な意見交換が行われました



2011年  
クリスマス会を開催

12月3日(土)ボランティア会主催による毎年恒例のクリスマス会を開催しました。毎年「フラダンス」「踊り」「民



▲バルーンアートの披露  
大きな今年の干支「龍」を作ってくれました

謡「ひよつとご踊り」など、全てボランティア会が中心となり、企画・出演交渉をしていただいています。

今年はバルーンアートの初参加もあり、細長い風船が形を変え様々な動物やキャラクターに変化していく様子が軽快な音楽に乗って披露され、会場は驚きと大きな拍手に包まれました。また、毎年参加して頂いている方々も選曲や踊りの趣向を凝らし、優雅な舞美しい歌声、楽しい踊りと会場を大いに盛り上げて頂きました。

入院患者さんやそのご家族、そして地域の皆様が体を動かし、心を動かし、素敵なクリスマスの一と時を過ごしました。皆様のご協力に心から感謝いたします。

第27回  
糖尿病相談会開催

11月5日(土)第27回糖尿病相談会を開催し、今回は「私の体重管理法」と題して、糖尿病の体重管理法について解説しました。