

富士大和温泉病院 だより

VOL.1

令和6年10月
発行

～きらり～

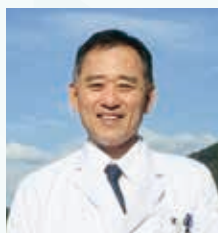
住 所 佐賀市富士町大字梅野1721番地1
電 話 0952-63-0111
メー ル hospitalfj@city.saga.lg.jp
受付時間 8時30分～16時30分（午前の部は11時30分まで）
診療時間 午前：9時～12時 午後：13時～17時（土曜日は午前のみ）



病院ホームページ

笑顔、まごころ、思いやり。

病院長からのご挨拶



病院長の杉岡です。この度「富士大和温泉病院だより～きらり～」を定期刊行することになりました。年に3回の予定で、病院の現状や活動状況、各種のご案内・お知らせ、皆様に役立つような健康に関する情報等、様々な内容をコンパクトにまとめて発信いたします。富士大和温泉病院を身近に感じていただけるよう、皆で協力して作成していきますので、これからぜひよろしくお願いいたします。

私自身の自己紹介もさせていただきます。元々は山口県出身で、平成2年に自治医科大学を卒業した後、15年間山口県内の山間や島で地域医療に従事しました。その後5年間、京都で地域医療の研究、教育の方法を学び、平成22年に佐賀大学医学部地域医療支援学講座（寄付講座）の開設に合わせて佐賀大学に赴任、12年間大学での教育や研究を中心に臨床も含めて様々な仕事に従事しました。富士大和温泉病院内に地域総合診療センター（総合診療科）を開設したのも、その仕事の一つです。そして、令和4年4月、当院に赴任いたしました。地域の現場での臨床に久しぶりに戻り、当初は慣れないことも多く、また、ちょうどコロナ禍の真っただ中で、いろいろな対応もあって四苦八苦の連続でしたが、2年半たった今、ようやく慣れてきた感じです。この広報誌もそうであるように、皆様にとって身近な病院として、これからいろいろな活動もしていきたいと思っています。

地域医療は病気やけがの診療だけでなく、その予防や介護なども含めて幅広く対応する医療です。当院では通常の診療はもちろん、予防接種や健診、訪問看護や介護まで、地域で安心して暮らせるための様々な医療を提供しています。ご相談したいことがあれば、いつでもご連絡ください。

病院からのお知らせ①

人間ドックのご案内



当院では、人間ドックや各種健康診断を実施しています。美味しい食事や温泉で疲れを癒しながら、人間ドックを受けてみませんか。健康保険に加入していれば、助成を受けられる場合もあります。

- 1日コース（お食事券付き） 検査料金 37,400円
身体検査⇒血液検査⇒胸部X線検査⇒腹部超音波検査⇒
胃内視鏡検査⇒心電図検査⇒眼底カメラ⇒骨塩定量検査（女性）
- 2日コース（宿泊券（古湯・熊の川温泉）、お食事券付き）
検査料金 52,800円
1日コースに加えて、糖負荷検査⇒胸部CT検査⇒内臓脂肪測定検査

【問い合わせ先】 事務部門 医事係 0952-63-0111

病院からのお知らせ②

インフルエンザ予防接種 のご案内



当院では以下のとおり、予防接種を実施しております。
平日は予約無し（土曜は要予約）で受けられます。

- 実施期間 令和6年10月1日（火）～令和7年1月31日（金）
- 接種料金 高齢者（65歳以上）1,500円※
一般（65歳未満）3,300円
子 供（13歳未満）1回目 3,300円
2回目 1,500円

※佐賀市に住民票のある方、接種日に65歳以上

【問い合わせ先】 事務部門 医事係 0952-63-0111

～簡単リハビリ紹介～

自宅でできる転倒予防トレーニング



①椅子からの立ち座り運動

立ち上がり運動で、太ももの筋肉を強化しましょう。
階段昇降などに不可欠な筋肉です。

- 1セット10回～15回
- 2セット行いましょう



②片脚立ち運動

立ったまま靴下や靴の着脱がしにくくなるとバランス能力低下のサインです。
片脚立ち運動でバランス能力を向上させましょう。

- 片足ずつ10秒
- 10～15回行いましょう



理学療法士
香田 智博

いずれの運動も、膝や腰に痛みがある場合には無理せず医師や理学療法士に相談してください

これだけはやっておきたい2つの運動

診 療 科			月	火	水	木	金	土
整 形 外 科		午 前	上 園	上 園	上 園	上 園	上 園	－
外 科		午前午後	向 井	向 井	向 井	向 井	向 井	常 勤 医 (交代勤務)
内 科	総合診療科	午 前	杉 岡	杉 岡	－	杉 岡	杉 岡	
			百 武	山 口	山 口	百 武	百 武	
	消化器科		－	福 山	－	福 山	－	
	腎 内 科		野 中	－	野 中	－	野 中	
	呼吸器科		吉 谷	－	吉 谷	吉 谷	吉 谷	
内科(新患含む)		午 後	百武／山口	百 武	百 武	百 武	山 口	－
血 液 内 科			－	－	佐野(隔週)	－	－	－
膠 原 病 科		午 前	－	佐賀大学(竹山)	－	－	－	－
眼 科		午 前	－	－	－	－	佐賀大学(田中)	－
人 工 透 析		午 前	野 中	松 本	野 中	松 本	野 中	－
		午 後	野 中	－	野 中	－	野 中	－

通所リハビリテーション活動報告

「ろう読サークルひびきの
皆さんの慰問」

当院の通所リハビリに「ろう読サークルひびき」の皆様が2か月に1回慰問に来ていただいて、利用者の方達を元気づけてもらっています。毎回、利用者の方も大変喜んで楽しい時間を過ごされています。



通所リハビリテーション紹介

当院では身体機能の維持及び回復を目的とした通所リハビリテーションを行っています。専門的なリハビリ、また、食事や入浴、排せつ介助などの日常生活上の支援を受けられ、様々な方との交流を図ることができます。

お気軽にご相談ください。見学も随時受け付けております！

◆開所時間：毎週 月～土
(祝日及び年末年始を除く)

【問い合わせ】
TEL 0952-63-0114 (担当:小柳)



ちょっとためになる

病気のお話

院長 杉岡 隆

これから徐々に寒くなっていく時期ですが、寒いときに気をつけたいのが高血圧です。血圧が高いと動脈硬化が進み、脳卒中や心臓病を起こしやすくなります。皆さんは日頃、血圧を測る機会があるでしょうか。普段から血圧を測っておけば、高血圧かどうかわかりますし、普段の血圧がわかっていれば体調が悪いときにその変化の度合いもわかるので、病院にかかった時にも貴重な情報になります。もし日頃、血圧を測る機会があれば、定期的に測ることをお勧めします。

自宅に血圧計があれば、より正確に普段の血圧を測ることができます。最近は血圧計もいろいろな種類の出っていますが、基本的にどれもしっかり血圧を測ることができます。

体重計のことをヘルスメーター(ヘルスとは健康のこと)といい、毎日、体重を測ることによって健康の具合を確認するという意味からつけられた名前ですが、血圧計もまさにヘルスメーターと言えます。可能であれば、ぜひ自宅で血圧測定をしてみてください。

自宅で測る場合は、朝起きてから概ね30分以内、トイレを済ませてから食事をする前までに測るのが最も良いです。この時間帯は最も血圧が変動しやすく、血圧も高くなりやすいので、一番知りたい情報になります。病院では血圧が高くないけど、自宅で測ると(特に朝方)血圧が高い状態を「仮面高血圧」といいますが、これは脳卒中や心臓病の危険性が比較的高く注意が必要です。「仮面高血圧」をみつけるためにも、その時間帯での測定が大事になります。血圧測定を習慣づけて、健康な毎日を送れるようにしましょう。

職員紹介



2階病棟師長
前田さとみ

本年4月から2階病棟師長をしております。

皆さまが安心して病院での治療を受けられるよう心をこめて接したいと思います。

どうぞよろしくお願いいたします。

