

病院の理念

- ◎地域住民を愛し、地域の歴史を愛し、地域を愛する病院
- ◎地域包括ケアシステムの拠点として、常に最良の医療を提供する病院

令和五年 新年のご挨拶



ほりうち たけし
院長 堀内 武志



新年明けましておめでとうございます。

新型コロナウイルス感染症が猛威を振っています。福渡病院もその影響を大きく受けていますが、本年も地域医療に貢献できるよう、いっそう頑張っていく所存です。

昨年から、福渡病院の理念を「地域を愛する病院」としました。「地域を愛すること」は、町おこし・地域おこしの基本です。地域を愛する住民がどれだけいるか、地域を愛する企業がどれだけ地域に貢献できるか、そして行政もどれだけ地域を愛し、サポートするかが大切です。これらの熱意と行動そしてアイデアが、地域を活性化し、人や富を呼び集める力になります。

福渡病院も、この地域で唯一の病院として、地域を愛し、地域に貢献できるよう努力して参ります。

最後になりましたが、本年が地域の皆様や当院の関係者にとりまして健やかで素晴らしい一年になることをご祈念申し上げます。

「おかやまマラソン2022」が3年ぶりに開催されました

新型コロナの影響で3年ぶりとなる「おかやまマラソン2022」が11月13日(日)に開催されました。午前8時45分、ジップアリーナ岡山(岡山市北区いずみ町)前をスタート、全国から参加した約1万1千人のランナーがゴールを目指して晩秋の岡山路を駆け抜けました。

福渡病院の臨床工学技士 藤井慎太郎さんが42・195キロのフルマラソンに挑戦。当日はあいにくの雨の中ではありますが沿道の市民の声援に後押しされながら、4時間43分30秒という記録で見事完走しました。

(藤井さんのコメント)

この度、岡山マラソンに参加しました。まず、最初に、岡山マラソン開催に携わった運営スタッフ、ボランティア、雨の中沿道で応援された皆様へ感謝申し上げます。個人としては初めてのフルマラソンでした。完走できるか不安でしたが、沿道からの温かい声援のおかげで無事完走することができました。

また、この記事を見て、運動を始める人が増えたらいいなと思っています。この機会に体を動かしてみませんか。



岡山市在宅医療・介護 ミニ市民公開講座

令和4年11月25日に建部町文化センターで、令和4年度 岡山市在宅医療・介護ミニ市民公開講座が開催されました。この講座の趣旨は「いつかくる最期にむけて～みんなで考えよう在宅医療と人生会議～」で、人生会議という取り組みについて考えてみることでした。

講座では、福渡病院の堀内院長が「終活とACP(Advance Care Planning)そして在宅医療」と題してお話をされていて、一部を紹介させていただきます。

いつかはわかりませんが、人は必ず死ぬことになっています。その時まで、自分の人生に後悔が無いよう備えておくことが終活です。

終活で大切なのは以下の6点だと言われています。

1. 自分の身の回りの整理、身辺整理:片付け・整理整頓、手紙、写真、秘密など
2. 遺言書、財産の整理:遺言書・相続、贈与、財産の整理・整頓、契約、生活資金の確認
3. お墓、仏壇、葬儀:誰が引き継ぐか等
4. 人間関係、社会関係の整理:家系図、友人関係、親戚関係、社会的つながり、仕事関係:お礼・感謝を忘れない
5. 心・執着の整理:思い残すことが無いように
6. 医療、介護などの希望:急病時や終末期医療・介護での希望、自分の意思を誰に託すか



これらについて、自分で考えるだけではなく関係する人や身内の方々と話し合い、決めておくことが人生会議やACPです。重たくて、考えたくない話かもしれませんが、自分の人生を見直す良い機会となるのではないかと思います。

ちょっと地域のご紹介

その2

◎訪問診療の道すがら「久米南町と銅鉱山(参考:久米南町史)」

国道53号線から久米南町上羽へ向かう道の北側に、竜山鉱山(銅山)の遺構を見ることができます。選鉱場や事務所、坑道口などの往時をしのばす施設跡などがあり、全国的にも鉱山廃墟として知られています。

竜山鉱山は、岡山県内では吉岡銅山(高梁市吹屋)、帯江銅山(早島町)に次ぐ3番目の規模だったとも言われ、水平方向約1200m、垂直方向約600mの坑道が掘られていました。

古くから久米南町には山手鉱山(久米南町下二ヶ・山手)と竜山鉱山(久米南町上羽)の2つの銅山がありました。久米南町の発展につながるものとして期待されていましたが、残念ながら昭和30年代で閉山となっています。

道沿いのむき出しになった岩盤が緑色になっているのは、緑青(ろくしょう、銅のサビ)によるもので、近辺に銅鉱石があった名残です。



福渡病院からの訪問診療

住み慣れた自宅や、地域での生活を続けていくことを望まれる方は多いです。

福渡病院では、通院困難な方の定期的な訪問診療(保険診療)を行っています。福渡病院からの訪問診療が可能な範囲は、岡山市北区建部町と久米南町の全域および、福渡病院から片道16km以内の地域です。ご希望の方は福渡病院までご連絡ください。

また、福渡病院は訪問看護ステーションを併設しており、在宅での療養を支えるために訪問看護を行っていますのでご利用ください。

※訪問診療の対象になる方

- ・通院が困難な方
- ・在宅での療養を希望される方
- ・寝たきりで動けない方
- ・傷がいを持った方
- ・退院後、在宅での療養を希望される方
- ・がん、難病で自宅療養中の方
- ・カテーテル、在宅酸素など処置や在宅ケアが必要な方
- ・その他 在宅療養が必要な方

冬の食生活(間食)を見直しましょう

栄養科
管理栄養士 竹好香織

寒くなると、畑に出ることも少なく、コタツに入ってみかんを食べる・・・という光景も多々あるように思います。冬はみかんを箱で買っているというご家庭も多いのではないのでしょうか？。間食の種類や量によっては血糖値を急上昇させてしまい、糖尿病になりやすい状態を作ってしまうこともあります。

- ①間食の時間は？ 時間を決めて食べましょう。(ダラダラ食べません)
- ②間食の量は？ 血糖が高めな方なら1日80kcal程度。(みかんならMサイズ2個、中くらいのリンゴ半分など)そうでない方なら200kcalまでがお勧めです。市販のおやつなら栄養成分表示を見てみましょう!!

栄養成分表示(例) 1個包装2枚当たり

エネルギー	181kcal
たんぱく質	5.0g
脂質	9.8g
炭水化物	19.2g
食塩相当量	0.24g



- ③間食の選び方は？ お勧めの間食は乳製品・果物などですが、状態によって変わります。

血糖値(HbA1c)が高めと言われた方
ナッツ・チーズ・ヨーグルトなど
(糖質より、たんぱく質や油の多いもの)

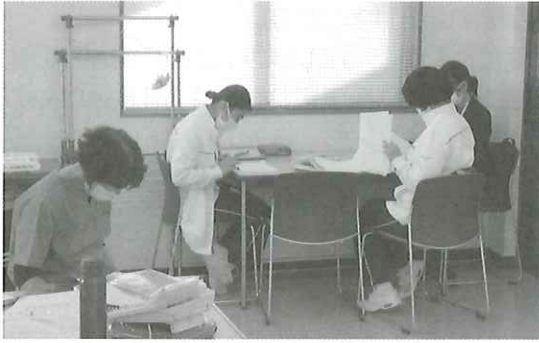


痩せてきている(体重が減った)方
アイスクリーム・プリン・シュークリーム
ヨーグルト・チョコレートなど
(エネルギー・たんぱく質などが多いもの)



※食事の事でご相談がある方は診察時にお申し出ください。

実習生を受け入れました



10月末から2週間、訪問看護ステーションに岡山医療福祉専門学校3年生2名が在宅看護実習に来られました。実習で得られた経験を活用していただければと思います。

デジタル式X線テレビ装置を更新しました



以前のX線テレビ装置に比べ、パルス透視機能により被ばく線量を低減することもできるようになり、さらに寝台昇降機能やX線管斜入機能、フラットパネル速写機能も備え、充実した検査ができる装置となっています。

診療予定表 (令和5年1月現在)

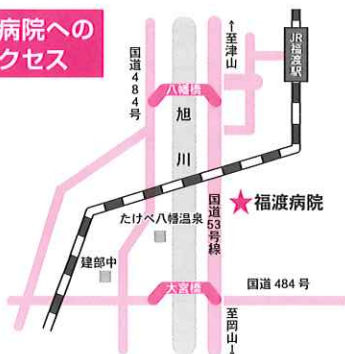
【受付時間】 午前8:30~11:30 午後1:30~4:00
 (内科:水・金曜日の午後の受付は午後1:30~5:00)
 【診療時間】 午前9:00~ 午後2:00~

	月		火		水		木		金		土
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前のみ
内科	堀内	竹井	1診 岩崎 2診 浜原	堀内 予約(原則) 岩崎	堀内	担当医 (済生会)	1診 担当医 (岡山市民) 2診 堀内 予約(原則)	菊池	瀧上	担当医 (岡山市民)	堀内 (第1・3・5)
整形外科	松村 予約 川田	松村	松村	松村 (15:00~)	松村	松村 予約 三谷 (第4)	松村	松村 (15:00~) 山田 予約	松村	岡大担当医 (第1・3・5)	
眼科					永山 (15:00まで)			塩出 (15:00まで)			
循環器科	時岡 (第1・3)									時岡 (第1)	
心臓血管外科		川大担当医 (第2・4)									
心療科										予約 寺田 (第3)	
泌尿器科										予約 担当医 (岡山市民) (第1・3・5)	

※第1・3・5土曜日は外来診療を行っています。
 ※堀内医師は予約併用となっています。
 ※急患の方はこの限りではありません。
 ※医師の都合で診療日が変わる場合があります。

内科専門分野 堀内(呼吸器) 竹井・菊池(消化器) 岩崎(肝臓) 浜原(糖尿病) 瀧上(腎臓)

福渡病院へのアクセス



JR津山線
 「福渡駅」下車徒歩10分
 車の方
 岡山市・津山市中心市街地から約50分
 御津・建部コミュニティバス
 「福渡病院」または「旭水荘前」下車

職員募集

「医師、看護師、訪問看護師、看護助手、薬剤師、臨床検査技師、事務職員」を募集しています。
 採用区分(正規職員、会計年度任用職員(フルタイム・パートタイム)、勤務条件、選考方法、応募方法等については、電話でお問い合わせください。

担当 事務局 黒瀬・弘末 TEL 086-722-0525

令和5年 1月発行
 編集・発行責任者 黒瀬 英昭
 〒709-3111 岡山市北区建部町福渡1000番地 岡山市久米南町組合立国民健康保険福渡病院
 TEL 086-722-0525 FAX 086-722-0038
 ホームページ <http://www.fukuwatari-hp.jp/> メールアドレス fukuhos6@po10.oninet.ne.jp