



●外来予約専用ダイヤル **096-345-8195** 月-金 8:30-17:00 土 8:30-12:20

〒860-8518 熊本市北区山室6丁目8-1  
代表 TEL:096-345-8111 / FAX:096-345-8188  
E-MAIL: info@juryo.or.jp

熊本機能病院 検索

熊本機能病院の理念 私たちは人間の尊厳を守り健康生活への奉仕をいたします

●お知らせ● 対象期間：12月1日～12月29日 11月29日現在の情報です

●休診のお知らせ●

整形外科

- 米満弘之総院長 12月16日(金)
- 重本弘文副院長 12月21日(水)
- 清田克彦医師 12月29日(木)
- 高井聖子医師 12月12日(月)

形成外科

- 小藺喜久夫医師 12月10日まで休診  
12月16日(金)午後

リウマチ科

- 工藤博徳医師 12月27日(火)

皮膚科

- 小野友道医師 12月6日(火)

神経内科

- 中西亮二副院長 12月2日(金)
- 渡邊進副院長 12月1日(木)  
12月6日(火)
- 徳永誠医師 12月2日(金)

循環器内科

- 庄野信医師 12月28日(水)

学術集会の出席や出張に伴う休診のご案内です。予定は変更もございます。ご不明な点は、外来受付までお尋ねください。

年末年始の外来診療について

外来診療は、12月29日【木】午後から1月3日【火】まで休診とさせていただき、4日【水】より通常体制にて診療いたします。なお、救急センターは年末年始期間中も24時間体制で急患に対応いたします。また、1月2日は年末年始当番医となっております。

例年より早く、インフルエンザが流行期に入りました！

今年は例年より早くインフルエンザが流行しています。インフルエンザの感染経路は飛沫感染や接触感染です。感染拡大の予防はみなさんの「かからない」「うつさない」の気持ちがとても大切です。普段から手洗い、うがいで予防し、咳などの症状が出たらすぐにマスクなどの咳エチケットも忘れないようにしましょう。



		月	火	水	木	金	土
整形外科	午前	中島 英親 高橋修一朗 高橋 知幹 篠原 道雄 長井 卓志	米満 弘之 中根 惟武 寺本 憲市郎 高橋 知幹 高井 聖子	高橋修一朗 久保田 晃志 高橋 知幹 長井 卓志 高井 聖子	中島 英親 清田 克彦 高井 浩和 篠原 道雄 酒井 健	米満 弘之 中根 惟武 寺本 憲市郎 酒井 和裕 清田 克彦	週により担当が異なります。外来受付までお問い合わせください。
	午後	中島 英親 清田 克彦 酒井 健 高井 聖子	中根 惟武 寺本 憲市郎 高井 浩和	高橋修一朗 (スポーツ特再診) 重本 弘文 久保田 晃志 長井 卓志	中島 英親 (スポーツ特再診) 清田 克彦 篠原 道雄 御任 大輔 高井 聖子	久保田 晃志 寺本 憲市郎 酒井 和裕 第1.3.5週 高橋 知幹 第2.4週 高井 浩和	
救急科	午前	米満弘一郎	米満弘一郎	米満弘一郎	米満弘一郎	米満弘一郎	
形成外科	午前	小藺喜久夫	田邊 毅	中西いずみ	田邊 毅	小藺喜久夫	週により担当が異なります。外来受付までお問い合わせください。
	午後	創傷ケア*	中西いずみ	坂本 佳奈	田邊 毅	小藺喜久夫	
外科	午前			門岡 康弘			門岡 康弘
	午後			門岡 康弘 (第4週のみ休診)			
皮膚科	午前		小野 友道				
神経内科・リハ科・内科・脳神経外科	午前	山永 裕明 (リハ科・神経内科) 中西 亮二 (リハ科・神経内科) 時里 香 (神経内科・リハ科) 本田 省二 (神経内科・リハ科) 中西 俊人 (神経内科)	渡邊 進 (神経内科・内科) 竹迫 雅弘 (糖尿病・内科) 江口 議八郎 (脳神経外科) 徳永 誠 (神経内科・リハ科) 宮本 詩子 (神経内科)	中西 亮二 (リハ科・神経内科) 江口 議八郎 (脳神経外科) 桂 賢一 (神経内科・リハ科) 時里 香 (神経内科・リハ科) 中西 俊人 (神経内科)	山永 裕明 (リハ科・神経内科) 江口 議八郎 (脳神経外科) 渡邊 進 (神経内科・内科) 桂 賢一 (神経内科・内科) 本田 省二 (神経内科・リハ科)	徳永 誠 (神経内科・リハ科) 中西 俊人 (神経内科) 宮本 詩子 (神経内科)	江口 議八郎 (脳神経外科*)  週により担当が異なります。外来受付までお問い合わせください。
	午後	担当医	竹迫 雅弘 (糖尿病・内科) 担当医 小川 尚 (味覚外来*)	担当医	担当医 小川 尚 (味覚外来*)	担当医	
循環器内科	午前	水野 雄二	釘宮 史人	泰江 弘文 原田 栄作	水野 雄二	原田 栄作 福井 暁 (毎月4回)	担当医 禁煙外来*
	午後	【13時～16時】 庄野 信	【13時～15時】 水野 雄二 原田 栄作 禁煙外来*	【13時～16時】 庄野 信	【13時～15時】 釘宮 史人	【13時～16時】 庄野 信	
リウマチ科	午前	工藤 博徳	工藤 博徳		工藤 博徳	工藤 博徳	
血管外科	午前	萩原正一郎	中島 昌道		中島 昌道	萩原正一郎	

栄養あらかると

クリスマスティラミス

材料：【約5食分】  
栄養成分：一食あたり 175kcal  
塩分 0.1g、食物繊維 0.5g

- ・ヨーグルト 450g
- 《カスタード》
- ・卵 M1個
- ・牛乳 1カップ
- ・オリゴ糖 (またははちみつ) 大さじ2
- ・強力粉 大さじ1
- ・バニラエッセンス 適宜
- ・ビスケット 10枚
- ・インスタントコーヒー 6g
- ・お湯 15cc
- ・ココア、ミント 適宜

～腸内環境改善レシピ⑧～ 管理栄養士：坂口春花

通常の1/2までカロリーを抑えた、クリスマスにぴったりのレシピです。乳酸菌のエサになるオリゴ糖を使えばさらに効果が期待できます。

<作り方>

- ① 水切りヨーグルトを作る。キッチンペーパーを敷いたザルにヨーグルトを入れて冷蔵庫で1晩水気を切っておく(450g→150g程度)。
- ② カスタードを作る。耐熱容器に、卵、オリゴ糖、強力粉を入れよく混ぜる。牛乳を少量ずつ入れたら、軽くラップをして電子レンジ600Wで2-3分加熱する。バニラエッセンスを入れて冷やす。
- ③ カスタードが冷えたら、1の水切りヨーグルトと合わせる(ヨーグルトクリーム完成)。
- ④ ビスケットにお湯で溶かしたコーヒー液を染み込ませる。
- ⑤ 容器に4と3を交互に重ね、仕上げにココアを振る。ミントで飾り付けをして完成。

ビスケットをグラハムクラッカーに変えると食物繊維がアップします。ココアは食べる直前に振りましょう。





## 脳梗塞の診断とその予防



脳卒中とは、脳の血管が急に破れたり、詰まったりして脳に障害をきたし、様々な症状を起こす病気です。つい今まで元気だったのに、「卒然として中（あた）る」ことから「脳卒中」と呼ばれます。脳卒中には、脳梗塞（血管が詰まる）、脳出血（血管が破れる）、くも膜下出血（脳動脈瘤が破裂する）の3つのタイプがあります。50年ほど前は脳出血が脳卒中の3/4を占めましたが、近年、その割合は著しく減少しました。代わって、脳梗塞が増え、2012年の統計では約60%を占めています。その理由として、高血圧対策の普及と、食習慣の変化による糖尿病や脂質異常症の増加が考えられます。脳梗塞の典型的症状として、顔のゆがみや半身の麻痺、ろれつが回らない、などがあります。このような症状が急に出現した場合には脳卒中の疑いがあり、頭部CTやMRI検査で診断します。

脳梗塞を始めとする脳卒中は予防が大切です。高血圧、糖尿病、脂質異常症は脳卒中の原因となり、塩分の取りすぎは高血圧の原因となります。心房細動という不整脈は、心臓の中に血栓（血の塊）ができやすくなり、これが脳に運ばれて脳血管を詰まらせます。脈のリズムが不規則だと感じたら医師に相談し、血液を固まりにくくする薬を飲んで予防しましょう。1日21本以上タバコを吸うヘビースモーカーで、男性は約2倍、女性は約4倍、脳卒中の危険性が高まります。また、飲酒量が増えるほど、脳出血の危険性は増し、少量の飲酒者では脳梗塞は少ない傾向ですが、いずれも高血圧を合併するとこれらの危険性が高まるため、飲み過ぎは禁物です。適度な運動は血圧を下げ、体重を減らし、太りすぎは脳梗塞の危険性が高まりますので、適正な体重維持に心がけましょう。

いくら気を付けていても脳卒中の発症は完全には防げません。もし、左右一方の半身に力が入りにくい、口元がうまく動かないと感じたらすぐに病院を受診しましょう。日本脳卒中協会では、脳卒中を予防するための注意点を川柳調にまとめた「十か条」を作成しています。目に付くところに貼っておきましょう。

### 脳卒中予防十か条

1. 手始めに 高血圧から 治しましょう
2. 糖尿病 放っておいたら 悔い残る
3. 不整脈 見つかれば すぐ受診
4. 予防には タバコを止める 意思を持って
5. アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒
6. 高すぎる コレステロールも 見逃すな
7. お食事の 塩分・脂肪 控えめに
8. 体力に 合った運動 続けよう
9. 万病の 引き金になる 太りすぎ
10. 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ

医療法人社団寿量会 神経内科部長 本田 省二

## 医療スタッフによる豆知識講座 開講中！

外来待ち時間を有効にお過ごしいただくため、豆知識講座を開講中です！お時間のある方はぜひご参加ください！！

毎週水曜日 10時～11時  
外来待合（第2外来付近）

今後の予定

12月14日 担当：「薬剤部」

12月21日 担当：「看護部」



## NPO法人 健康と幸せの会 健幸会セミナーのご案内

会場：地域交流館 市民塾ホール



発足当時の写真

健康と幸せの会は、昭和57年4月に地域の皆さんの要望と当院の理念が一致し発足。以来、健康に関するセミナーを開催しております。

どなたでもご参加いただけるセミナーですので、お気軽にご来場ください。

無料で、1回だけの参加も可能です。お気軽にご来場ください。

12月7日 水曜日 14:30～15:30

「高齢者の骨折の現状と予防」

熊本機能病院 整形外科

副部長 高井浩和

12月21日 水曜日 14:30～15:30

①「わたしと家族のカルテ～

急病になったとき情報提供できますか？～」

熊本機能病院 医療安全管理室 室長 中尾和代

②「ちゃんと眠れていますか？～睡眠時無呼吸症候群～」

熊本機能病院 医療機器安全管理室 室長 山田佳央

### ■ 寿量グループ事業理念

寿量グループは Social inclusion（社会的包摂）の構築に貢献する

### ■ 医療法人社団寿量会憲章

私たちはQOLの向上とノーマライゼーションの確立への道を歩みます

### ■ 熊本機能病院の理念

私たちは人間の尊厳を守り健康生活への奉仕をいたします

### ■ 熊本機能病院の基本方針

- 1 24時間体制、救急医療から疾病治療とリハビリテーション医療を通して、在宅生活までの一貫した医療を実践します
- 2 私たちは患者とのパートナーシップを最も重視します
- 3 疾病の高度治療の充実をはかります
- 4 患者・利用者の生活自立への支援を行います
- 5 保健・医療・介護・福祉・地域生活の連携をはかります
- 6 地域における「医療の谷間」の解消への努力をします
- 7 地域充実のための教育・研修・研究事業を行います
- 8 健全経営の維持に努力し、その成果を医療活動を通して社会に還元します
- 9 職員が病院と共に成長できる働きがいのある職場風土を育むことに努めます
- 10 職員は職務上知り得た情報を業務上の目的外に利用することはせず個人情報を守ります

### ■ 患者さんの権利

私たちは、患者さんの権利を尊重します

- (1) 適切な医療を受ける権利
- (2) プライバシーを保障される権利
- (3) 医療上の情報について説明を受ける権利
- (4) 医療行為を選択する権利
- (5) セカンドオピニオンを受ける権利
- (6) カルテ開示を求めることができる権利
- (7) 諸々の人権を尊重される権利

### ■ 患者さんの責務

適切な医療を提供するために以下のことをお守りください。

- 1 情報を提供する責務  
最善で適切な診療を行うために、あなた自身の健康状態についてできるだけ正確に伝えてください。
- 2 治療に協力する責務  
説明を受け納得し同意した治療方針には、主体的に取組み協力してください。
- 3 医療費を支払う責務  
診療に要した費用は速やかにお支払いください。
- 4 医療環境を守る責務  
すべての患者さんが適切な診療を受けられるように、病院の規則に従い、診療の妨げとならないように協力してください。特に攻撃的な態度や暴言、乱暴な行為は謹み、他の患者さんの診療や病院職員による医療提供に支障を与えないようにしてください。

平成28年4月1日