

ホタル通信

Vol. 61



～地域密着 いつでも安心 豊田中央病院～

下関市立豊田中央病院広報委員会
〒750-0424 下関市豊田町大字矢田 365 番地 1
電話：083-766-1012/FAX：083-766-1439



■ ホームページ

<http://www.city.shimonoseki.yamaguchi.jp/toyotabyoin/index.html>



■ 公式 Facebook (フェイスブック)

<https://m.facebook.com/profile.php?id=100070141929020>

やまぐち地域医療セミナー2024 in 下関を開催しました！

8月22日及び23日の2日間、豊田地域において、「やまぐち地域医療セミナー2024 in 下関」を開催しました！

医学科、保健学科、看護学科、薬学科の学生8名に参加していただきました。22日は、豊田町の地域資源の紹介の一環としてほたる籠づくりを行い、地域の魅力を感じていただきました。その後、豊田保健センターにて認知症サポーター養成講座や当院の院内見学及び職員との座談会を行い、豊田町における地域包括ケアや当院の多職種連携について肌で感じていただきました。



終了後は道の駅蛸街道西ノ市を見学し、夕食は豊田湖畔公園にてバーベキューを行いました。多職種の職員と肩の力を抜いた交流をすることができたと思います。



23日は、パター-de ビンゴを行い地域住民の方との親睦を深めた後、地域の方を交え「地域や医療について困っていること」「どんなサービスがあればよいか」「どんな医療従事者になりたいか」をテーマに話し合いを行いました。



全体報告会では、「豊田町のような地域で働くとして、病院に何を求めるか、どうしたら働きやすいか」をテーマに発表を行いました。様々な立場からの要望や改善策が考えられており、2日間で多くのことを学ばれたのだと思いました。将来は、少しでも多くの方に地域医療に携わっていただき、発展の一助となっただけのことを願っています。

最後に、お盆の忙しい時期に、快く引き受けていただいた地域住民の皆様、また実習先として受け入れていただいた各施設の方々に感謝申し上げます。



新しい診療医師のご紹介



整形外科（非常勤）
ふじい けんぞう
藤井 賢三

2024年4月より金曜日の整形外科外来を担当させて頂いております藤井賢三です。

普段は主に山口大学病院に勤務し、診療内容といたしましては、整形外科一般に加え、手外科など上肢の疾患を専門に日々の診療に励んでおります。

上肢・手のしびれ、痛みなどお困りの点がございましたら、ご相談いただけますと幸いです。

少しでも皆様の日常生活の症状改善に貢献できるよう努力してまいりますので、何卒よろしくお願い申し上げます。



内科（非常勤）
うつのみや としあき
宇都宮 利彰

10月から非常勤医師として隔週で月曜日午後の外来を担当させて頂くことになりました呼吸器科の宇都宮利彰と申します。

普段は山口大学医学部附属病院に勤務し肺癌化学療法なども行っていますが、当院では喘息、COPD など呼吸器疾患の診療を行っていきます。

まだシステマ的には不慣れなことも多いと思いますが、豊田町の皆様のお役に立てればと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

高齢者健康講座が開催されました！

7月16日（火）に豊田下公民館にて豊田保健センター主催の高齢者健康講座が開催されました。

当院からは竹永理学療法士が講師として参加し、「今日から貯筋 始めよう！元気アップ体操」のテーマで運動の大切さと効果について、講話と実技を行いました。

75歳以上の後期高齢者医療保険加入者のうち、検診を受診した人の状況からみると、豊田町は下関市全体に比べて週1回以上のウォーキング等の運動習慣がない人が多いのが現状です。（豊田保健センターより）

運動の効果には生活習慣病の予防や、骨粗しょう症の予防、精神面の安定など様々なプラスの効果をもたらします。

今回紹介させていただいた運動を是非日々の生活に取り入れて頂けたらと思います。



がんばってきた目とこれからも仲良く

- ・加齢に伴う目の機能低下を「アイフレイル」といいます。
- ・40歳を過ぎると、体力が衰えるのと同じように目も衰えてきます。知らず知らずのうちに読書の機会が減っていたり、夜間の運転を避けたり・・・。歳のせいだから仕方ない、とあきらめていませんか？もしかしたら重大な病気の初期症状かもしれません。

まずは自分でアイフレイルチェック！



- 目が疲れやすくなった。
- 新聞や本を長時間見ることが少なくなった。
- メガネをかけてもよく見えないと感じることが多くなった。
- はっきり見えない時にまばたきをすることが増えた。
- 段差や階段が危ないと感じた事がある。
- 夕方になると見えにくくなるが増えた。
- 食事の時にテーブルを汚すことがたまにある。
- まぶしく感じやすくなった。
- まっすぐの線が波打って見えることがある。
- 信号や道路標識を見落としそうになったことがある。



チェックが2つ以上の方は、アイフレイルかもしれません。
きになる方は一度眼科専門医へご相談下さい。

出典：日本眼科啓発会議アイフレイル啓発公式サイトより

インフルエンザ・新型コロナワクチン定期予防接種のご案内

予防接種の実施期間：令和6年10月1日～令和7年2月28日

※事前予約制です。お電話または豊田中央病院総合受付で予約受付中です。

なお、通院中の方は、主治医にご相談ください。

※角島診療所・殿居診療所においても接種できますので、ご利用ください。

●インフルエンザワクチン

対象	料金
満65歳以上の方	1回接種：自己負担 1,490円 (下関市に住民票のある方)
小学4年生以上～64歳までの方	1回：4,950円
小学3年生以下の方	1回目：3,718円 2回目：2,475円

●新型コロナワクチン

対象	料金
満65歳以上の方	1回接種：自己負担 2,100円 (下関市に住民票のある方)
64歳までの方	1回：15,300円