



MY HOME DOCTOR

生きがい



日本医療機能評価機構
一般病院認定

散歩道

マリノアシティ福岡

2000年、九州初のアウトレットモールとして開業。大きな観覧車は福岡のランドマークのひとつとして親しまれていました。残念ながら2024年8月、24年の歴史に幕を閉じることとなりました。2027年頃には新たな商業施設が開業する予定です。



西福岡病院の理念

地域の人々に信頼される納得と安心の医療・介護・福祉の提供を目指します。

随筆 健康

出会いが生きがいに繋がる

小野 祐二
おの ゆうじ

腸チフス、パラチフス、何でもござれ!!

インドではA型肝炎も併発し現地の病院に入院と相成りました。命の危機も感じました。入院中思ったことは、「時間は確実に流れる」「薬の注入はいつか終わる」ただそれに目を向けじつと我慢しました。



宗像の田舎出身の小生が30歳で初めて海外渡航(アメリカ・カナダ18日間)したのが海外生活の原点でした。英語は好きでしたが海外での生活には全く興味ありませんでした。当時ニューヨークには学生時代の親友が居を構えており心強い存在でした。往路の機内ではたまたま隣りの方の奥さんが小生の高校時代の同級生であることが分かりました。現在でも交流が続いています。不思議な縁を感じました。

その後、グローバリゼーションの波に吞まれ、38歳(1990年9月)以降、シンガポール、ベルギー、インド、マレーシア、ベトナム及びミャンマーで計22年5か月の海外生活を送りました。福岡に戻れたのは5年前67歳でした。人生の三分の一を海外で過ごしたことになります。

いろんな異文化体験・人々との出会い・友達を得て、いろんな局面で彼等の助けを得ました。国内生活では想像もつかない体験を能動的にせよ受動的にせよ存分に味わいました。人と人との繋がりは見えないところで実現するものです。ポイントは、とにかく人に話しかけることです。

これからも出会いを生きがいに繋げられるようにして心身ともに健康を維持したいものです。

(テニス愛好家)

応に関して、厚生労働省の研究班が安全性の調査を行いました。副反応と思われた様々な症状とワクチン接種との因果関係はないと結論付けられました。これを受け、日本は2022年4月より積極的な接種勧奨を再開しました。定期接種（小学6年生から高校生への無料接種）に加え、副反応を恐れて接種を控えた女性にも無料でワクチン接種を行う、キャッチアップ接種を開始しましたが、キャッチアップ接種は2025年3月31日で終了します。接種は合計3回必要で、2024年9月に接種を開始しなければ期限内に接種を終了できません。キャッチアップ接種の対象者であり、接種を終えていない方は接種をお急ぎください。

次に子宮頸がん検診についてお話しします。現在の日本における検診方法は子宮頸部の細胞を採取して顕微鏡で観察し、子宮頸がんやその前がん病変の有無を検査する方法です。性交渉開始後は2年に1度の頻度で検査することを推奨しています。各自治体は検査費用の補助を行っています。当院は実施医療機関として登録されており、1200円で受診できます（20歳の女子や非課税世帯、70歳以上の方は無料です）。日本の子宮頸がん受診率は42.1%で、欧米と比較すると低い状況です（OECD Health at a Glance 2015, Nov 2015より）。是非、積極的に検査しましょう。

知ることは体を守ることの第一歩で、次のステップは行動です。小さな一歩が女性の皆様の健やかな人生につながりますように。

ブレスト・アウェアネス ～乳がん検診のすすめ～

医療法人西福岡病院

乳がん看護認定看護師 松下 真美子

乳がんは、乳房の「乳腺」と呼ばれるところにあるがんであり、日本人女性の9人に1人になるといわれています。乳がんになる人は、30歳代後半から増加し、40歳以上の働き盛りの年代にも多く、この年代の女性のがん死亡原因のトップです。しかし、早期発見・早期治療による、10年後の相対生存率は90%以上です。乳がんを早期に発見するためには、日頃から乳房の状態を意識する生活習慣＝「ブレスト・アウェアネス」が大切です。「ブレスト・アウェアネス」とは、自分の乳房の状態を知り、乳房の変化に気をつけ、変化に気づいたら医療機関に相談する、定期的に乳がん検診を受ける、といったことが含まれます。メイクやおしゃれを楽しむのと同じように、ご自身の乳房について関心を持って過ごしましょう。普段の自分の乳房の状態を知ること、はじめて変化に気が付きます。ただし、セルフチェックのみでは十分でないため、定期的に乳がん検診を受ける事も大切です。何もない事を確認するために検診を受けるという気持ちで勇気を出して頂けると幸いです。

ブレスト・アウェアネス 4つのアクション

1 普段の自分の乳房を知る

乳房セルフ
チェック

2 気をつけなければいけない

乳房の
変化を知る

3 次の検診を待たずに

乳房の変化を
感じたら
医療機関へ

4 40才になったら

定期的に
乳がん検診



高蔵山(高蔵山森林公園の広場より)

高蔵山森林公園

ふくおかの
自然探訪

体験活動協会 FEA 理事長

谷 正之

その68

高蔵山森林公園は高蔵山の
中腹にある。山頂の南側には高
蔵山広場もあり、下関要塞とし
て築かれた保塁跡が今も現存す
る。
小倉駅バスセンターから西鉄
バスに乗り「沼小学校前」で降り
る。森林公園の誘導標識に従い
北へ。九州自動車道の下をくぐ
り分岐①、分岐②と進む。バス停
から50分程で森林公園の広場に
着く。マイカーのときはP①に
駐車する方がいい。静かな雰

女性の健やかな人生のために ～医師と看護師からのメッセージ～

子宮頸がんについて

医療法人西福岡病院

産婦人科医 安藤 真理子

子宮頸がんは、乳がんと共に44歳以下の女性になりやすいがんの1つです。日本では毎年1万人が子宮頸がんを発症し、3000人が死亡しています。子育て中の母親の命を奪うことから、マザー・キラーと呼ばれています。しかし、幸いにも子宮頸がんは予防が可能な疾患であり、早期発見ができれば根治が可能な疾患です。子宮頸がんから身を守るためには、性交渉開始前

のヒトパピローマウイルスワクチン（以下、HPVワクチン）接種と性交渉開始後の定期的な子宮頸がん検診が重要です。

HPVワクチンは、子宮頸がんの原因となるHPVに対する免疫を獲得し、感染を防ぐことでがんの発症を予防します。HPVは性交渉時に男性から女性に感染するため、性交渉開始前にワクチン接種を完了することが推奨されています。欧米では若年の男女ともに積極的にワクチン接種を実施し、その結果浸潤性子宮頸がんの発症が減少しています。一方、日本では2013年に副反応と思われる多様な症状が問題となり、接種が進まず、子宮頸がん患者は増加し続けています。副反

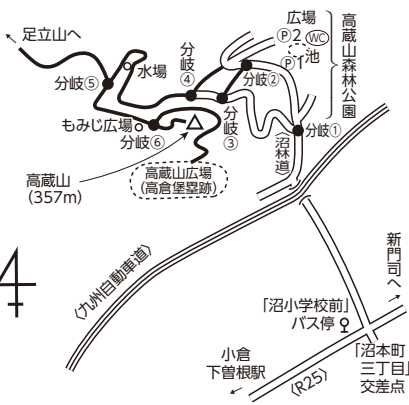
HPVワクチンの接種スケジュール

1 回目の接種を 15 歳になってから受ける場合



キャッチアップ接種は**2025年3月31日**で終了
初回接種を**2024年9月末**までに行いましょう。

キャッチアップ接種対象者	1997年度から2006年度生まれの女子
定期接種対象者	小学校6年生～高校1年生の女子



高倉堡跡 (高蔵山広場)

場所 北九州市小倉南区
一口メモ JRの最寄り駅は「下曾根(しもそね)」となり、「沼本町三丁目」交差点まで片道2.5km。

気の中でくつろぐことができる。
距離は長くなるが、ここから高蔵山広場にも行ける。分岐②、分岐③と進むとこの先は、とてもゆるい上り坂になる。分岐⑥では高蔵山の頂上には寄らずそのまま歩く。森林公園の広場からおよそ110分で高蔵山広場に到着する。堡跡や倉庫群が見事に残っている。周防灘なども展望できる。

今月の街の行事予定

西 陵 公 民 館 ☎092-891-6342

クールシェアふくおか

気温が高くなる夏期に涼しく過ごせる場を利用していただくことで熱中症予防及び家庭などにおける省エネ促進を図る取り組みを実施しております。
「クーリングシェルター」
○気候変動適応法により施行
○極端な高温時に暑さをしのぐ場所
○熱中症リスクを低減することの目的
お散歩の途中などお気軽にお立ちよ
りください。
【実施期間】令和6年9月30日(月)まで

出前講座

ケガ! 病気! どうする?!
「近くの人がケガや病気で倒れたときに何が
できるのか」・「救急車を呼ばなくていいよう
に日頃からできること」についてのご案内。
日時 8月3日(土) 10:00~11:00
○ 応急手当の方法
○ 救急車が必要なケガや病気を防ぐお話し
○ AEDについて
場所: 西陵公民館 児童等集会室
講師: 福岡市消防局救急需要対策係
定員: 予約先着20名
申込先: 西陵公民館(891-6342)

健康講話

《テーマ》 睡眠について

と き 令和6年8月24日(土)
午前10時~

場 所 医療法人西福岡病院 本館3階会議室

講 師 医療法人西福岡病院 薬剤師 寺田 和

会 費 無料

お問い合わせ先 医療法人 西福岡病院 総務課 ☎0570-091-331(代表)

外 来 診 察 表											
診療科目	月 曜 日		火 曜 日		水 曜 日		木 曜 日		金 曜 日		土曜日
	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前
内 科	中村/山本	中村	中村		中村						中村(1-3) 高野(2-4)
内 科	原田	原田(15時まで)	高野	高野	原田	原田(15時まで)	原田	原田(15時まで)	渡辺	渡部	渡辺(1-3)
	和田	井形			井形	和田	高野	高野	石津		
								渡辺			
	呼吸器内科 睡眠時無呼吸	國武	國武	國武	國武(1-3・5)	國武			國武	國武	
	消化器内科		安藤(文)(予約制)	宮本	宮本		安藤(文)(予約制) 宮本				
	循環器内科	大園	松尾	松尾	松尾	大園	松尾	小牧	松尾	大園	
科	糖尿病内科	下田	井野	下田		下田	下田		井野		
	脳神経内科	緒方			水谷		劉				
呼 吸 器 外 科							吉田	吉田	岩崎	岩崎	
外 科			非常勤		中垣		中垣				
整形外科	高比良		高比良			高比良	高比良		酒井	酒井	小田(※1)
泌尿器科		非常勤		非常勤				非常勤			
皮膚科	寺脇		寺脇		寺脇		寺脇		寺脇		
眼科	川村						池田/小柳		上野		
耳鼻咽喉科	非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		非常勤		
婦人科	安藤	安藤			安藤	安藤	安藤	安藤	安藤	安藤	安藤
緩和ケア内科	森永		友岡		森永				森永		
腫瘍内科											
禁煙外来				國武(予約制)							
リハビリテーション科	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○

※ご質問は各科担当医あるいは外来看護長、外来医長までおたずね下さい。 ※1 整形外科の土曜診療は、第1のみになります。
※変更の場合がありますので、外来直通☎092-881-1371もしくは病院代表☎0570-091-331までおたずね下さい。(一覧表もございます。)

治験管理室からのお知らせです

本院では、慢性閉塞性肺疾患の患者さんを対象に新しいお薬（注射）の治験を行っています。



この治験に参加可能な方
以下の条件を満たす方
▶12か月以上に慢性閉塞性肺疾患と診断された方
▶年齢が40歳以上80歳以下の方

詳しくは、お電話で
お問い合わせください。
医療法人 西福岡病院
治験管理室
☎0570-091-331(代表)

ナビダイヤル開始のお知らせ

お取次ぎの混雑緩和のため、当院へのお電話は
下記のナビダイヤル番号にお掛け頂きますようお願い致します。

●発行 医療法人 西福岡病院

〒819-8555 福岡市西区生の松原3-18-8 ☎0570-091-331・FAX 092-881-1333
(事業所個別番号) http://www.nishifukuhp.or.jp

広報誌『生きがい』の配付が不要な場合は配付を中止しますので、住所・電話番号をお知らせいただきますようお願い致します。