

はまかせ

第 104 号

2026 Oct.

冬になる前に知っておきたい

感染症と脳卒中の予防・早期対応

CONTENTS

- P01 お役立ち健康情報
「冬になる前に知っておきたい
感染症と脳卒中の予防・早期対応」
- P03 地域を支える、浜の町病院
・DMAT出動レポート
・待ち時間短縮への取り組み
- P05 浜の町病院からのお知らせ
- P06 地域医療を支える「登録医紹介」



地域医療支援病院
災害拠点病院
地域がん診療連携拠点病院
臨床研修指定病院
病院機能評価認定病院

国家公務員共済組合連合会 浜の町病院

〒810-8539 福岡市中央区長浜3丁目3-1

TEL 092-721-0831 FAX 092-714-3262

<https://hamanomachi.kkr.or.jp>

交通アクセスはこちら



冬になる前に知っておきたい

感染症と脳卒中の予防・早期対応

朝晩の冷え込みを感じる季節になりました。これから冬にかけては、インフルエンザや肺炎などの感染症に加え、寒さによる血圧の変化などから、脳卒中にも注意が必要です。

今回は、冬を元気に過ごすために知っておきたい病気の特徴や予防、「こんな症状があったら早めに受診」というポイントを、当院の医師に聞きました。

● 冬の感染症にご注意

インフルエンザ

肺炎

総合内科
感染症内科

中澤 愛美



朝晩の空気が少しずつ冷たくなってきました。冬になると、インフルエンザや肺炎など、のどや肺の感染症が増えてきます。「毎年のことだから」と思わず、今のうちから予防のポイントを知っておくことで、ご自身とご家族の健康を守ることができます。今回は、冬に気をつけたい感染症について、わかりやすくご紹介します。

● なぜ冬は感染症が流行しやすいの？

空気が乾燥し、ウイルスが空気中に長くとどまりやすくなります。また、寒さで鼻やのどの粘膜の働きが弱まりウイルスが侵入しやすくなる上、換気しにくい室内で過ごす時間が長くなることも原因の一つです。



● インフルエンザ・肺炎の主な症状

インフルエンザは以下のような症状が急に現れるのが特徴です。

38℃以上の
急な発熱強いだるさや
身体の痛みのどの痛み、
咳、鼻水

肺炎は、咳や発熱の長期化、息苦しさが現れます。特に高齢の方は熱が出にくく「元気や食欲がない」だけのこともあるため注意が必要です。

● 毎日の生活でできる予防のポイント

- Point 01 こまめな手洗い・アルコール消毒
- Point 02 適度な換気と加湿（湿度50～60%目安）
- Point 03 人混みや換気の悪い場所でのマスク着用
- Point 04 十分な睡眠とバランスのよい食事
- Point 05 袖やハンカチで口と鼻を覆う「咳エチケット」

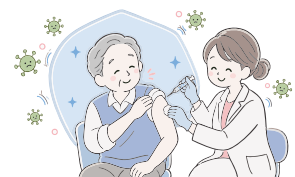
● 特に注意していただきたい方

以下の方は重症化リスクが高いため、より一層の予防と早めの対応を心がけてください。

- 65歳以上の高齢の方
- 基礎疾患（糖尿病、心臓病、呼吸器疾患など）のある方
- 妊娠中の方、乳幼児
- 免疫力が低下する治療を受けている方

● ワクチンの予防接種について

インフルエンザワクチンは発症率を下げ、重症化を防ぐ効果が期待できます。効果が出るまで約2週間かかるため、早めの接種をお勧めします。肺炎球菌ワクチン等も含め、かかりつけ医にご相談ください。



● こんな症状があれば早めに受診を

次のような症状がみられる場合は、早めに医療機関を受診してください。

- 高熱が2～3日以上続く、または一度下がった熱が再び上がる
- 呼吸が苦しい、息切れがする
- 水分や食事がとれず、ぐったりしている
- いつもと様子が違い、意識がぼんやりしている



冬の感染症は、正しい知識と日々のちょっとした心がけで、かかりにくくすることができます。心配な症状があるときは、我慢せずに早めにご相談ください。ご自身とご家族が、あたたかく健やかに冬を過ごせるよう、私たちも精一杯サポートいたします。

● 冬に注意したい脳卒中

寒い季節は「**血圧**」にも注意

脳神経内科部長
脳神経センター部長

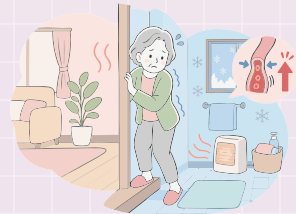
眞崎 勝久



冬は寒さによって血圧が上がりやすく、暖かい部屋と寒い場所との温度差で血圧が大きく変動することがあります。また、汗をかきにくいため水分補給を忘れやすく、知らないうちに水分不足になることもあります。こうした変化が、脳卒中を起こすきっかけになることがあります。

寒さ・血圧と脳卒中の関係

寒い場所では、体温を逃がさないよう血管が縮んで血圧が上昇し、血管に負担がかかります。特に暖かい部屋から寒い脱衣所、浴室、トイレ、屋外への移動は危険です。脱衣所等を暖め、室内の温度差を小さくすることが予防につながります。



脳卒中の種類

脳の血管が詰まる
脳梗塞

破れて出血する
脳出血

表面の動脈瘤が破れる
くも膜下出血

いずれも突然発症し、治療開始が早いほど救命や後遺症軽減の可能性が高まります。

「突然」現れる脳卒中のサインとFAST

症状は多くの場合「突然」現れます。



顔の片側がゆがむ



片方の手足に
力が入らない、しびれる



言葉が出にくい



突然、強い頭痛がする



急に立てない、歩けない

代表的なサインは**FAST**で覚えましょう。

F (Face)
顔の片側が
ゆがむ

A (Arm)
片方の腕に
力が入らない

S (Speech)
ろれつが回らない、
言葉が出ない

T (Time)
一つでもあれば、
始まった時刻を確認して119番！

上記が一つでも突然現れたら、様子を見ずすぐに119番へ。数分で治まっても脳梗塞の前触れの可能性があります。車の自己運転は避け、救急隊に「発症時刻」または「最後に普段どおりだった時刻」を伝えてください。

冬場の予防・生活上の注意

- 朝晩の血圧測定で普段の値を知る
- 脱衣所やトイレを暖め温度差を避ける
- 外出時は首元や手足を保温する
- 冬もこまめに水分を補給する
- 塩分控えめ、お酒は適量に
- 無理のない運動と十分な睡眠
- 自己判断での服薬中止・量変更は厳禁

高血圧などリスクのある方へ

血圧が高い方、糖尿病やコレステロールの異常、不整脈（心房細動など）のある方、以前に脳卒中を経験した方は、特に注意が必要です。家庭で測った血圧を記録し、いつもより高い状態が続く場合は、かかりつけ医に相談しましょう。寒い日に血圧が高くなるからといって、薬を自己判断で増やしたり減らしたりしてはいけません。



冬を迎える前に患者さん・ご家族に伝えたいこと

脳卒中は、早く気づいて行動することで、治療の選択肢が増え、後遺症を軽くできる可能性があります。本人が症状に気づけないこともあるため、ご家族が「顔・腕・言葉」の変化に気づくことも大切です。迷ったときは遠慮せず119番へ連絡してください。FASTと発症時刻の確認を、ご家族でも共有しておきましょう。

DMAT出動レポート

災害が起きた、そのとき 浜の町病院DMAT、被災地へ

集中治療部長
成田 純任



このたびの令和8年熊本地震に際しまして、被災者、犠牲者とそのご家族に心よりお見舞い申し上げます。今回、発災を受け、浜の町病院からDMAT(災害派遣医療チーム)を派遣し、現地の被災施設、被災病院の支援を行いました。

被災地の一日も早い復旧と、被災者の方々が一日も早く平穏を取り戻されることを祈念します。

7月28日 地震発生

7月29日 派遣決定

7月30日 DMAT隊員が現地へ出動

現地での活動



01 現地到着後、活動拠点を確認



02 医療情報を共有し、支援を検討



03 患者搬送・受け入れを調整



04 多職種・他機関で連携

DMAT隊員インタビュー

「現地での活動」

私は7月30日から8月1日まで、DMATの一員として熊本地震の被災地で活動しました。

1日目は特別養護老人ホームの搬送支援の指令がでました。施設に到着すると、電気や上下水道が止まり、暑さで体調を崩す方が多く、病院への搬送支援が急がれる状況でした。次々にDMAT隊が到着し、通行の整備や引き継ぎを行いながら、患者さんの状態を確認し、日が落ちて灯りが無い中、ライトを照らしながら夜間まで搬送支援を続けました。搬送がすべて終わった頃、電気が復旧し、施設内が明るくなりました。その瞬間、

施設のスタッフの方々と共に明るさが戻ったことを喜びました。DMATの活動は1回で終わるものではなく、支援が完了すれば次に必要としている場所へ向かいます。

2日目と3日目は本部からの指令を受け、施設を訪問し、ライフラインが機能しているか、困っていることはないか、地域の方々が必要としているものを実際に確認しました。本部からの指令を受けながら、物資が届く場所の案内、クリニックへの物資支援、患者さんの搬送にも対応しました。

被災地では医療だけでなく、生活環境や物資、移動手段など幅広い支援が求められており、状況を見て必要な支援につなげることが重要だと感じました。



9CD
高倉 文子

災害拠点病院・浜の町病院

浜の町病院は、災害拠点病院として、平時から災害時の医療提供体制整備に取り組んでいます。

災害拠点病院とは、大規模な災害が発生した際に重症患者の受け入れや医療救護班(DMAT等)の派遣において中心的な役割を担う医療機関で、福岡県で現在33施設が認定されています。

待ち時間短縮への取り組み

待ち時間をもっと短く

患者さんの負担軽減に向けた取り組み

病院を受診する際、多くの方が気になる「待ち時間」。浜の町病院では、患者さんから寄せられた声をきっかけに、受付・診療・検査・会計までの流れを見直し、待ち時間の短縮に取り組んでいます。

診療部長
外科統括部長
消化器外科部長

山元 啓文



改善のきっかけは、患者さんからの声

受診時の案内や院内の移動、待ち時間について、患者さんからさまざまなご意見をいただいています。

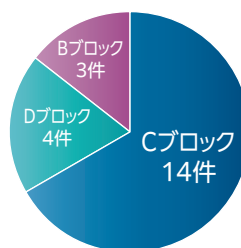
特に、**ブロック受付前での待ち時間に関するご意見**が多く寄せられています。投書の内容や件数を確認し、患者さんが迷わずスムーズに受診できるよう、院内の業務改善につなげています。

寄せられた
ご意見

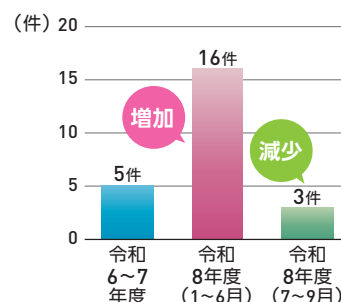
- 再来時、いつも同じ流れなのにブロックでの書類確認が長い
- 再来時、予定された検査(採血、CT、超音波検査など)なのに、先に検査室での受付ができないか。
- 診察終了後、直接1F会計に行ってもいけないのか 等々

ブロック受付に関する患者さんからの投書の傾向

ブロック別投書件数
(令和6年～令和8年6月)



年度別投書件数の推移



何を改善した？

改善
01

検査部門へ直接移動し、
診察後そのまま会計が
可能に

これまで必須だった「ブロック受付の経由」を止め、ブロック受付での待ち時間が解消されました。



採血やレントゲンなど、直接検査部門へ向かっていただけるようになり、さらに診察後そのまま1F受付で会計できるようになりました。

改善
02

Cブロックを
「東」と「西」に分割



特に混雑しやすかった「Cブロック受付」の窓口を2か所に増設、東・西に分割しました。これにより列の渋滞が緩和され、患者さんをよりスムーズにご案内できる体制になりました。

改善
03

再来受診当日の
流れを見える化



再来受診当日は、外来基本スケジュール表で受付後の順路や各部門の案内をご確認いただけます。現在も、より分かりやすくスムーズに受診いただけるよう、内容の見直し・改訂を続けています。

診察後の
会計までの時間を **平均6分短縮!**

上記の改善により1人あたり約6分短縮しています。1人あたりの短縮が、外来全体の待ち時間や院内滞在時間の軽減にもつながっています。

これからも改善を続けます

待ち時間の短縮や院内の移動のしやすさについて、一定の改善が見られています。一方で、現在も患者さんからご意見をいただいております。すべての課題が解消されたわけではありません。

浜の町病院では、これからも患者さんの声を大切にしながら、受付・診療・検査・会計までの流れを継続して見直し、よりスムーズに受診いただける環境づくりに取り組んでいきます。

浜の町病院からのお知らせ

一人で悩まず、まずはお気軽にお声かけください。

患者さんの相談窓口

「治療のこと」「医療費のこと」「退院後のこと」など、
「こんなことを相談してもいいのかな?」と思うことも、お気軽にご相談ください。

病気になると、治療や生活、医療費など、さまざまな不安や心配ごとが生じることがあります。
当院では、患者さんやご家族が安心して治療・療養生活を送れるよう、相談をお受けしています。



こんな相談ができます



治療・検査について
主治医の説明に関する
疑問や不安など。



医療費・生活費について
高額療養費など医療費の
負担や、休職中の生活資
金への不安。



医療・介護・福祉について
介護保険の申請、福祉制
度の活用、訪問サービス
の手配など。



退院後の生活について
自宅での療養への不安や、
リハビリ病院・施設への
転院準備。



**どこに相談すれば
よいか分からない**
誰に聞くべきか迷う内容
でもご案内します

看護師がお話を伺い、必要に応じて医師、医療
ソーシャルワーカー、薬剤師、栄養士などの専門職
と連携しながら、問題解決のお手伝いをします。

※相談内容の秘密は厳守します。相談されたことによって不利益を
受けることのないよう、十分に配慮しています。

▶ご利用・お問い合わせ

場 所	1階 入退院センター内
対応時間	8:30~17:15(受付は16:00まで)
相談方法	お電話または面談(予約不要) tel: 092-721-0831 (病院代表)
対 象	患者さん・ご家族



知っておきたい「残薬」のこと

その薬、余っていませんか?

薬が余るのは、さまざまな理由があります。

飲み忘れだけでなく、薬の種類や飲み方が複雑だったり、複数の医療機関を
受診していたりすることで、薬が余ってしまうことがあります。

薬が余っているときや調整などを希望されるときは、**自己判断で薬を中止したり、処分したりせず、医師や
薬剤師に相談しましょう。**



こんなことはありませんか?

- ☒ 薬を飲み忘れることがある
- ☒ 家に同じ薬がたくさん残っている
- ☒ 複数の病院から薬をもらっている
- ☒ 薬の種類が多くて管理が大変
- ☒ 「いつまで飲む薬なのか」分からない

このようなご希望はありませんか?

- ☒ 薬が多いから減らしたい
- ☒ 飲む回数を減らしたい
- ☒ 飲みにくいので調整してほしい

▶お薬手帳を活用しましょう

複数の医療機関を受診している場合
も、お薬手帳があれば、現在使用し
ている薬を医療者が確認しやすく
なります。

「薬が余っています」も
大切な情報です。受診の
際には、残っている薬に
ついては医師・薬剤師に
伝えましょう。





地域医療を支える

登録医紹介

薬院河島脳神経外科クリニック

WEBサイト



〔院長〕 河島 雅到

〒810-0022 福岡市中央区薬院1-2-2-101

TEL 092-791-9351

FAX 092-791-9352

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~13:00	○	○	○	○	○	○	×
15:00~19:00	○	×	○	○	○	○	×

※土曜午後は通常診察、午後7時まで診察

※休診日:火曜午後・日曜・祝日

2023年7月、福岡市中央区薬院に開院いたしました。私はこれまで主に大学病院に勤務し、脳血管障害や脳腫瘍の外科治療に従事して参りました。これまでの経験を活かして地域の患者様の良き相談相手になれるよう努めています。

当院にお越しになる患者様は頭痛、めまい、頭部外傷、認知症などが多いですが、時折脳卒中の急性期や脳腫瘍の方もいらっしゃいます。精密検査や入院治療が必要な場合は浜の町病院にお願いすることもあるかと思いますので何卒よろしくお願い申し上げます。



栗林内科循環器科

WEBサイト



(11月上旬公開予定)



〔院長〕 田村 祥子

〒810-0033 福岡市中央区小笹5丁目5-18

TEL 092-525-3200

FAX 092-525-3188

診療受付時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	×
14:00~17:00	○	○	○	×	○	×	×

※木曜午後、土曜午後、日曜、祝日は休診です。

当院は、1996年に父・栗林敏郎が小笹に開院しました。この度2026年6月に継承し、院長に就任いたしました。循環器内科医としての経験を生かし、循環器疾患をはじめ、生活習慣病や日常的な体調不良まで幅広く診療しています。患者さんのお話を丁寧に伺い、安心して相談いただける診療を心がけています。

浜の町病院には2010年から3年間勤務し、多くの先生方にご指導いただきましたことは大変貴重な経験となっています。今後も連携を大切にし、地域の皆さまにより良い医療を提供できるよう努めてまいります。



浜の町病院外来新患診療担当医

紹介患者
連絡先

月～金(8:30～17:15) TEL.0120-721-990(フリーダイヤル)
TEL.092-721-9913(連携課直通)
月～金(8:30～18:15) FAX.0120-721-991(フリーダイヤル)
●上記以外の時間及び土日祝… TEL. 092-721-0831(病院代表)

(令和8年10月1日現在)

[受付時間] 午前 8:30～11:00

診療科	時間	専門	月	火	水	木	金
がんセンター特殊外来 (完全予約制) 遺伝外来13:30～/15:00～	13時	がんゲノム外来	—	—	草場 仁志/下川 穂積	—	草場 仁志/下川 穂積
	15時	遺伝性腫瘍外来	金城 和寿	—	—	—	—
	午後	遺伝外来	小川 昌宣	—	—	—	小川 昌宣
内科 肝胆脾内科：新患は紹介のみ 膠原病内科：新患は紹介のみ	午前	血液	衛藤 徹也	第1,3,5週 帆足 公佑 第2週 江崎 彩乃 第4週 久原 千愛	栃木 太郎	林 正康	沼田 晃彦
		循環器	日野 美桜	本田 修浩	田中 文彬	船越 祐子	増田 征剛
		消化管	鷲尾 恵万	山縣 元	森山 麟太郎	山縣 元	清森 亮祐
		肝胆脾	応援医師	具嶋 敏文	具嶋 敏文	三木 正美	樋口 野日斗
		腎臓	中島 由貴	吉田 鉄彦	冷牟田 浩人	冷牟田 浩人	吉田 鉄彦
		糖尿病内分泌	北村 知美	堀内 俊博	堀内俊博	北村 知美	堀内 俊博
		—	—	—	—	—	北村 知美
		膠原病	河野 正太郎	吉澤 誠司	河野 正太郎	河野 正太郎	佐川 文彬
呼吸器センター 新患は紹介のみ	午前	呼吸器内科	前山 隆茂	前山 隆茂	前山 隆茂	小川 知洋	前山 隆茂
			木村 信一	小川 知洋	木村 信一	木村 信一	小川 知洋
		呼吸器外科	—	—	松本 耕太郎	松本 耕太郎	—
			—	—	大菌 慶吾	大菌 慶吾	—
脳神経センター	午前	脳神経内科	田中 栄蔵	眞崎 勝久	眞崎 勝久	眞崎 勝久	眞崎 勝久
			—	田中 栄蔵	—	田中 栄蔵	—
		脳神経外科	村田 秀樹	急患のみ	村田 秀樹	急患のみ	村田 秀樹
			宮松・檜垣		宮松・檜垣		宮松・檜垣
小児科 内分泌：水曜午後 循環器：第2・4木曜午後(予約)	午前	小児科	宇野 裕美香	川上 晶子	虫本 雄一	武本 環美	宇野 裕美香
	午後	小児科	予防接種	予約外来	武本(小児神経)	1ヶ月健診	健診・予防接種
外科 ※木曜日の午後は Dr大城戸への乳腺紹介のみ	午前	消化器・一般	山元 啓文	植木 隆	進藤 幸治	安井 隆晴	植木 隆
			安井 隆晴	山元 啓文	片山 直樹	進藤 幸治	奥田 翔
			—	片山 直樹	一宮 仁	奥田 翔	—
		乳腺・甲状腺	大城戸 政行	金城 和寿	当番医	古賀 艶可	当番医
			金城 和寿	—	—	—	—
整形外科 新患は紹介のみ ※月・水・金は受付時間 8:30～10:30	午前	整形外科	紹介新患のみ (当番医)	馬渡 太郎	紹介新患のみ (当番医)	馬渡 省次	馬渡 太郎
				末田 麗真		河野 紘一郎	馬渡 省次
				萩尾 聡		末田 麗真	河野 紘一郎
				原田 知		萩尾 聡	原田 知
				綾部・藤原		河野 克明	—
産婦人科 新患は紹介のみ ※火・木は受付時間 8:30～10:30 産科初診のみ婦人科で受付	午前	産科	小川 昌宣	応援医師	結城 光太郎	応援 医師	島田 直未
			応援医師	—	—	—	本村 真由子
		婦人科	大神 達寛	上岡 陽亮	上岡 陽亮	小川 昌宣	大神 達寛
			竹内 麗子	前原 都	大神 達寛	前原 都	竹内 麗子
			前原 都	島田 直未	竹内 麗子	厚井 知穂	厚井 知穂
			厚井 知穂	結城 光太郎	—	結城 光太郎	応援医師
			本村 真由子	応援医師	—	—	—
眼科 ※木は受付時間 8:30～10:30	午前	眼科	船津 淳	—	船津 淳	紹介新患のみ	船津 淳
			清澤 禄基	—	清澤 禄基		清澤 禄基
耳鼻咽喉科・ 頭頸部外科 新患は紹介のみ ※月・金は受付時間 8:30～10:00	午前	耳鼻咽喉科・ 頭頸部外科	次郎丸 梨那	若崎 高裕	—	若崎 高裕	若崎 高裕
			藤原 義宜	次郎丸 梨那		次郎丸 梨那	的場 信宏
			—	藤原 義宜		藤原 義宜	—
			—	的場 信宏		九大応援医師	—
泌尿器科	午前	泌尿器科	小林 武	新患のみ	持田 学	新患のみ	魚住 友治
皮膚科 新患は紹介のみ	午前	皮膚科	竹内 聡	応援医師	竹内 聡	竹内 聡	竹内 聡
			応援医師	—	応援医師	応援医師	—
形成外科	午前	形成外科	松本 大輔	—	松本 大輔	—	当番医
			舟橋 ひとみ		舟橋 ひとみ		
			浅部 浩明		浅部 浩明		
			宇都宮 颯斗		宇都宮 颯斗		
放射線科	午前	放射線診断科	角南 俊也	角南 俊也	角南 俊也	角南 俊也	角南 俊也
		放射線治療外来	岸川 浩尚	岸川 浩尚	岸川 浩尚	岸川 浩尚	岸川 浩尚
緩和ケア (完全予約制)	11時以降	緩和ケア外来	浅井 佳央里	浅井 佳央里	浅井 佳央里	浅井 佳央里	浅井 佳央里
			永山 淳	永山 淳	—	永山 淳	永山 淳

※当院は臨床研修施設であり、研修医が診察させて頂く場合がございます。

皆さまの声が、医療を育てます

皆さまからのご意見・ご感想は、今後の広報誌制作、そして当院のより良い病院づくりに
欠かせない貴重なご意見です。ぜひ、この機会に皆さまの「声」をお聞かせください。
右記QRコードから、アンケートフォームにご回答いただけます。

