



## C O N T E N T S

Introduction	東筑病院	体力測定会①	2
NEWS	東筑病院	体力測定会②	3
NEWS	東筑病院	外来リハ	4
NEWS	東筑病院	患者移送車	5
NEWS	東筑病院	新人職員のオリエンテーション	6



# 体力測定会

2025年5月31日に第4回体力測定会を開催しました。25名の地域住民の皆さまに参加を頂きました。参加者の皆様からは「体力がどの程度か知れる事が出来ました」「血管、舌の検査など初めての体験が出来ました」「次回も必ず参加します」等の感想が聴取され満足していただけた事に嬉しく感じております。

次回は2025年11月8日を予定しております。地域の皆さまの健康が続くよう、東筑病院スタッフ一同努力して参りますので皆さまの参加を心からお待ちしております。



**日時** 2025年**11**月**8**日**土** 13:30～

**場所** 東筑病院 2 階 (リハビリテーション室)

**対象** 東筑病院 周辺地域の皆様



## イベント① 管理栄養士による栄養相談

栄養や食生活について、専門家をご相談に応じます。どなたでもご参加頂けます。

## イベント② 体力測定

- 体力測定 (筋力・柔軟性・バランス)
- InBodyを用いた体成分分析

**定員** 30名 各時間帯10名程度にさせていただきます

**時間** 【1部】13:30～ 【2部】14:10～ 【3部】14:50～

お申し込みの際に時間帯をお知らせください。



## イベント③ その他の検査

- 血圧脈波検査 (動脈硬化検査)
- タッチパネルを用いた注意力検査
- 舌圧測定 (飲み込み評価)

ご希望される場合はこちらの検査も可能です。お申し込みの際にお知らせください。

### 申し込み方法

電話または右のQRコード、またはこちらよりお申し込みください。

【電話受付】平日9:00～17:00まで ☎093-616-0334 (リハビリ直通)

※人数の上限がありますので申し込み状況によりご希望に添えない場合もございます



## それぞれの測定項目の解説

### ●管理栄養士による栄養相談について

食事は健康づくりの基本です。管理栄養士が、日々の食生活や栄養バランスについてご相談をお受けし、健康維持や体力向上につながるアドバイスをいたします。

### ●体力測定について

今回の体力測定では、握力、膝伸展筋力、長座位体前屈、開眼片脚立位、2ステップテスト、立ち上がりテストを実施します。これらの測定では上下肢の筋力・柔軟性・バランス能力、歩く力などを総合的に調べることができます。健康の維持増進のためにはこれらの体力（項目）がバランス良く高い状態が望ましく、体力測定をすることで現状どの体力が高いもしくは低いのかを把握することができます。

### ●InBodyを用いた筋肉量・体脂肪量測定について

InBodyという機械を用いて行います。体の中の「筋肉・脂肪・水分バランス」を調べることができ、筋肉がしっかり保たれているか、脂肪が多すぎないか、むくみ（水分の偏り）がないかななどを数値で確認することができます。

### ●舌圧検査（飲み込み指標）について

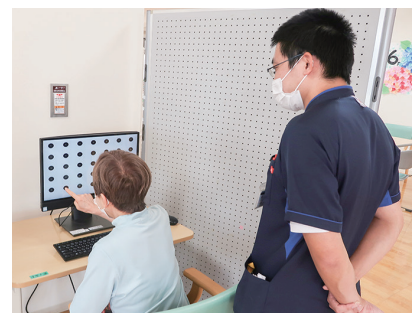
この検査はデジタル舌圧計を用いて行います。摂食・嚥下機能は舌の運動機能と深く関係しています。舌圧の低い人は、食事の際にむせるなどして食べ物をうまく摂取できず、結果として体内に栄養を十分取り入れることができないため低栄養に陥る可能性が考えられると言われています。

### ●血圧脈波検査（動脈硬化検査）について

動脈硬化が進行すると心筋梗塞や脳梗塞を引き起こしやすくなります。この検査は、血圧の詰まりや硬さが数分で分かる検査であり、動脈硬化の早期発見に繋がります。

### ●タッチパネルを用いた注意力検査について

この検査はAttention（アテンション）という、パソコン型のリハビリツールを用いて行います。アテンションの画面を指で触ったり、目で追ったりすることで反応の速さや目の動きを記録し、注意力をわかりやすく評価できます。



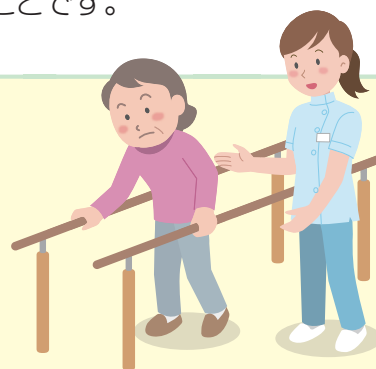
# 外来心臓リハビリテーションについて (Vol.1)

## 外来心臓リハビリテーションをご存じですか？

当院では2018年より「外来心臓リハビリテーション」を開始しました。心臓の疾患のある患者さんが、体力を回復して、快適な家庭生活や社会生活に復帰するとともに、再発や再入院を防止することを目指しておこなう総合的活動プログラムのことです。

### 心臓リハビリの内容とは？

- 自転車こぎ（エルゴメーター）や筋力トレーニングなどの安全な運動療法
- 日常生活や動作に関する相談、アドバイス
- 体重や血圧などの体調のチェックによる健康管理
- お薬や生活習慣、食事のサポート
- 仕事復帰に向けた相談 など



### 心臓リハビリの目的

- 体力を取り戻す
- 病気の再発を防ぐ
- 動くことへの不安をなくす
- 「旅行に行きたい」「趣味を続けたい」といった生活の目標を支援する

### 対象となる方

- 心筋梗塞や狭心症になったことがある
- 心不全と診断された
- 心臓の手術を受けた（バイパス手術・弁の手術など）
- 末梢動脈疾患 など

### 外来心臓リハビリの様子

血圧測定や心電図モニターで体調を確認しながら安全に運動を行います。自転車こぎ（エルゴメーター）、筋力トレーニングを実施する際には、医師の指示のもと理学療法士や看護師が安全に配慮しながら指導・サポートしています。



次回は「実際のプログラムの様子」や「心臓リハビリの資格について」をご紹介します

お問い合わせ

外来心臓リハビリテーションについてのご相談は、リハビリテーション課までお気軽にご連絡ください。 ☎093-616-0334（リハビリテーション課直通）



# 患者搬送車の導入



2024年11月より、患者搬送車に日産キャラバンを導入しました。

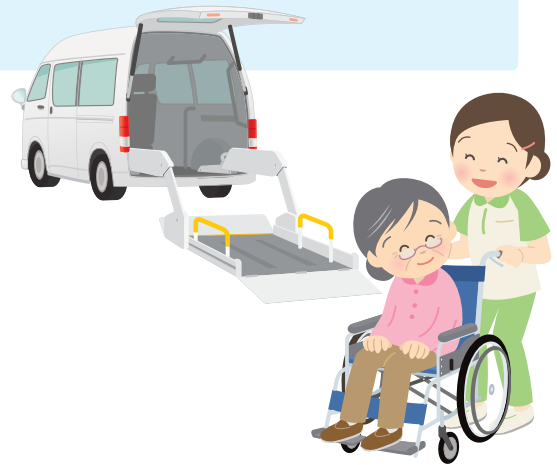
急性期病院から東筑病院への転院の際に、「体調が不安定」「車椅子やストレッチャーが必要で移動が大変」といったお悩みに対応できるようにしております。

車椅子なら同時に2台まで、ストレッチャーなら1台まで乗せることが可能で、付き添いのご家族も数名と一緒に乗車いただけます。

移動中は、東筑病院の看護師が同乗いたしますので、安心してご利用いただけます。

## 移送車の利用方法

- ① 急性期病院入院中に転院の話がありましたら、東筑病院を希望して下さい。
- ② 急性期病院の退院を調整する相談員に東筑病院の移送車を利用したいことを伝えて下さい。
- ③ 急性期病院の相談員と東筑病院の連携室にて日程等の調整を行います。

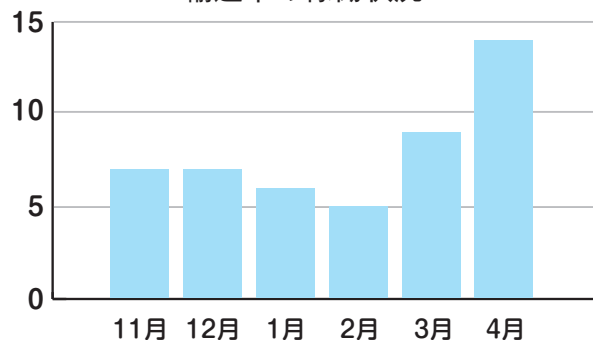


## 移送車の導入から6か月間の活動状況

さまざまな急性期病院から東筑病院へ転院される際に利用していただいています。

運行開始から6か月間の平均利用回数は**月8回**でした。

輸送車の稼働状況



# 新人職員の オリエンテーション

本年度  
看護師 6 名  
入職しました



入職から2週間、新人研修を通して看護師技術や講義を丁寧に指導して頂きました。この2週間の研修での学びを大切にしながら**患者さんに寄り添える看護師**を目指して努力していききたいと思います。

安全管理や感染対策への意識が高まり知識だけでなく報・連・相の大切さやチームでの支えあいの重要性も学ぶことが出来ました。



新人の皆さんへ

ようこそ東筑病院へ。皆があなたを支えます。  
共に育ちましょう！





## 療養病棟でのレクリエーション

春



東 筑病院のホームページについて



感 染対策について

東筑病院ではオンライン面会、入り口での検温、3密の防止、など様々な感染対策を行っております。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	/
13:00~17:00	○	○	○	○	○	/	/

病日の休診日 ▶土曜午後・日曜・祝祭日 ▶お盆 (8/14~8/15)  
▶年末年始 (12/30~1/3)

交通案内

Access Map



外 来診療担当週間予定表

2025年10月改定

	診察室	月	火	水	木	金	土
午前	1	村上 (糖尿病)	小川 (血液内科)		岩永 (リハビリ)		交代制
	2	西野 (循環器)	西野 (循環器)	早川 (循環器)	早川 (循環器)	迎 (循環器)	
	3	宮崎 (呼吸器)	原田 (消化器/エコー)	川波 (呼吸器)	村上 (糖尿病)	宮崎 (呼吸器)	
	4	山中 (消化器)	伊藤 (神経内科)	山下 (循環器)	山中 (消化器)	山下 (循環器)	
	5	田中良 (産医大一内科)	安部 (リウマチ/膠原病)	原田 (消化器/エコー)	産医大 (リウマチ/膠原病)	安部 (リウマチ/膠原病)	
	6	原田 (消化器)	鎌田 (内科一般)		小川 (血液内科)	船津 (消化器)	
午後	1	岩永 (リハビリ)	村上 (糖尿病)	村上 (糖尿病)	小川 (血液内科)	産医大 (第2内科)	総回診
	2	早川 (循環器)	迎 (循環器)	迎 (循環器)	西野 (循環器)	産医大 (消化器外科)	
	3	川波 (呼吸器)	宮崎 (呼吸器)		川波 (呼吸器)		
	4	伊藤 (神経内科)	山下 (循環器)	山中 (消化器)	伊藤 (神経内科)		
	5	安部 (リウマチ/膠原病)	安部 (リウマチ/膠原病)	産医大 (リウマチ/膠原病)			
	6	鎌田 (内科一般)	小川 (血液内科)	船津 (消化器)	鎌田 (内科一般)		
	心臓検査	迎(13時) トレッドミル	西野(13時) トレッドミル+UCG		山下(13時) トレッドミル+UCG		
	胃内視鏡	前川	船津	船津 山中	船津	山中	
	大腸内視鏡		船津		船津 山中		



交通案内  
西鉄バス 「八枝2丁目」下車正面  
JR 「折尾」駅から車で10分

特定医療法人 東筑会 東筑病院

KAIHOU Vol.54

〒807-0856 北九州市八幡西区八枝1丁目7番20号  
TEL 093-603-0111 FAX 093-691-4831  
<https://www.touchiku-hospital.com>

東筑病院 検索