

特集『糖尿病チーム』

# あ ぞら

65

令和元年6月  
発行

一般社団法人 福岡県社会保険医療協会  
社会保険田川病院 広報誌

地域医療支援病院  
地域がん診療連携拠点病院  
開放型病院  
基幹型臨床研修病院（医師）  
管理型臨床研修施設（歯科医師）  
日本医療機能評価機構認定病院



写真：筑豊LCDE合同イベント「筑豊糖尿病ウォークラリー大会」

社会保険田川病院チーム医療  
『糖尿病チーム』



今や日本の「国民病」とも言われている糖尿病。成人の5人に1人以上が糖尿病もしくは予備軍とみられており、年齢とともにその割合は増加している傾向です。

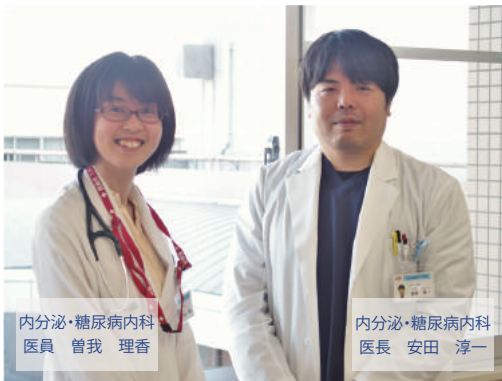
糖尿病自体は多くの場合死に至る病気ではありませんが、様々な合併症を引き起こす原因になります。

合併症は進行すると失った機能を回復させるのは難しいため、糖尿病の早期発見と適切かつ継続的な管理による合併症の進行予防が重要です。そのため糖尿病治療は医師だけではなく多職種による連携とサポートが大切になります。

社会保険田川病院の「糖尿病チーム」は六つの職種で構成されており、様々な方向から患者さんをサポートする体制を作り、院内での糖尿病治療のシステムの構築に取り組んでいます。

当院の「糖尿病チーム」はわたしたち医師を含め、栄養科・看護部・検査課・リハビリテーション課・薬剤部の六つの職種により構成されています。チームの目的は、糖尿病患者さんの療養生活のサポートを多方面から行い、さまざまな合併症を予防する、また重症化を阻止することです。

チームを確立することでそれぞれの専門性を生かした指導でサポートできることはもちろん、定期的な多職種間での情報を共有することにより、タイムリーな対応がとれるよう連携を図ることができます。患者さんの病状だけではなく、希望していること、不安なことなどを共有することは、糖尿病治療を続けていくうえでとても重要な情報になります。



内分泌・糖尿病内科  
医員 曾我 理香

内分泌・糖尿病内科  
医長 安田 淳一

## 医師

## 安心して治療を継続できる場を提供し続けたい

そして「糖尿病チーム」の活動のひとつとして糖尿病患者の方を対象とした糖尿病教室を開催しています。全日程6日間のスケジュールで実施されており、糖尿病チームの各職種の代表スタッフによる講義が行われています。わたしたち医師による糖尿病についての基本的な解説から、管理栄養士による食事療法、薬剤師による糖尿病薬についての説明、リハビリスタッフによる運動療法など、糖尿病治療に関するさまざまな知識を学んでいただける講座になっています。

教室では糖尿病治療で最も大切になる「自己管理法」を継続的に行っていただくためにも、参考にさせていただきたいことをお伝えしています。また患者さん同士での交流の場としてもお越しいただける教室になっていますので、お気軽にご参加いただければと思います。(P5に糖尿病教室の詳細を掲載しています)

糖尿病は進行する病気であり、血糖値が改善し治療を中断してしまうと状態が悪化することがあります。そのため、継続的に治療を行う必要があります。わたしたち「糖尿病チーム」は患者さんたちに寄り添い、安心して専門的な治療を継続できる場を提供し続けていきたいと考えます。

## 栄養科

栄養科では、治療の主役の患者さんとその家族の皆さんに、糖尿病の食事療法のための栄養指導を行っています。

糖尿病教室(集団指導)では4回シリーズ(①治療食について②食事療法の基本③食品交換表について④献立の立て方・外食・間食)で、食事療法のお話をさせていただきま。CDE(糖尿病療養指導士)の資格を持った管理栄養士・看護師・薬剤師・臨床検査技師・リハビリ技師がチームを組んで皆様をお持ちいたしますので、まずは糖尿病教室へお越しください。教室では糖尿病食の基本をお話いたします。個人で合併症の進み方等が違ってくるので、集団指導で詳しく聞けなかった部分は個人栄養指導へと、継続して食事療法ができるようフォローアップしていきます。



左から：朝部 陽 管理栄養士、肥田 幸 栄養科長、青木 哲美 管理栄養士、辻 優菜 管理栄養士、若狭 恵子 管理栄養士

## 看護部

糖尿病看護では、患者さんが糖尿病に関する正しい知識を持ち、主体的に治療に取り組んでいたという教育入院や外来指導にたずさわり、インスリン自己注射や血糖自己測定などのセルフケア支援を行っています。また、様々な職種と連携しながら運営している糖尿病教室では、私たち看護師は糖尿病による「足病変とフットケア」「低血糖」「歯周病予防のための口腔ケア」などの日常生活について一緒に考えています。

近年では高齢の患者さんや妊娠糖尿病の患者さんも増え、それぞれの生活状況や背景を理解し、必要に応じて他職種と連携し情報共有しながら生活調整やご家族のサポートなどを行っています。何かあればどうぞお気軽にお声かけください。



左から：養父 知美 看護師、川敷 美穂 助産師、行徳 恵美 糖尿病看護認定看護師、山本 敬子 外来看護師長、屋方 広美 病棟看護師長

### リハビリテーション課

“運動療法のコツ”と題してお話をしています。血糖値に対する運動の効果についてや運動の種類・強度・注意点・運動を継続するコツ、などの内容です。運動は体重を減らす、血圧を下げる、老化予防などその他の効果もあります。身体を動かすことは病気のリスクを下げるともいわれていますが、運動は続けることが大切です。時間を有効に運動につなぐ、そして何より楽しく続けられる、そのようなヒントになればと考えています。

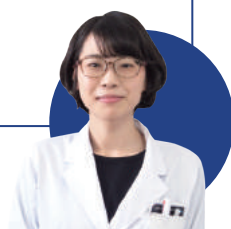
リハビリテーション技師長  
藤井 亜希子



### 薬剤部

糖尿病教室では主に内服薬の効果や用法用量、副作用についてお話しています。内服薬の全体的な概要から、ひとつひとつの機能をお話していくことで、どうして何種類もの糖尿病の薬を飲む必要があるのか、なぜこのような用法で服用する必要があるかなどを患者さんが理解した上で内服してもらえるような説明ができればと思っています。

薬剤師  
松田 迪香



### 検査課

検査課は外来患者さんへの自己血糖測定器の操作説明の他、糖尿病教室では「糖尿病の検査と診断」についてお話をさせていただいています。また当院では糖尿病の合併症の検査として、ABI、頸動脈エコーなどの生理検査も行っています。他の職種に比べると患者さんと直接関わる機会は少ないですが今後もチームの一員として活動していきたいと思っています。

検査技師  
財部 未奈



社会保険田川病院 糖尿病チーム  
**糖尿病教室のご案内**

当院では入院・外来の糖尿病患者さんの方を対象に糖尿病教室を開催しています。全日程6日間のスケジュールで下記の内容で行われていますので、参加ご希望の方はお気軽にお問い合わせください。



**1日目(水)**

身体測定(InBody測定、握力測定)  
 治療食について(管理栄養士)

**2日目(木)**

糖尿病薬について(薬剤師)

**3日目(金)**

糖尿病とは(医師)  
 食事療法の基本(管理栄養士)  
 検査と診断(臨床検査技師)

**4日目(月)**

日常生活とフットケア(看護師)

**5日目(火)**

食品交換表について(管理栄養士)  
 運動療法(リハビリスタッフ)※運動靴で参加

**6日目(水)**

糖尿病合併症と治療(医師)  
 献立の立て方・外食・間食(管理栄養士)  
 身体測定(InBody測定、握力測定)

※場合によって変更することがございますのでご了承ください。

糖尿病教室に関するお問い合わせは栄養科まで 0947-44-0460(代)

社会保険田川病院 糖尿病患者会  
**あおぞらの会のご案内**

患者さんとそのご家族とともに糖尿病を正しく理解し、治療に取り組んでいただけるように、活動を行っています。院内での講演会やひな祭り試食会など、年間を通して様々なイベントも行っています。糖尿病との上手な付き合い方を楽しく学び、同じ糖尿病に悩む方々と交流を深めることができます。糖尿病患者さん、ご家族、糖尿病に関心のある方、どなたでも入会できます。お気軽にお問い合わせください。

年会費 | ￥3,000(専門誌さかえを通常定期購読する場合より年間￥3,480お得です。)

問合せ先 | あおぞらの会事務局(栄養科) ☎0947-44-0460(代)

専門月刊誌さかえ(￥540)  
 を無料で購読できます。



筑豊糖尿病ウォークラリー大会



あおぞらの会研修会



# 🍴 糖尿病と食事療法 🍴

## 栄養科

糖尿病の治療に欠かせないのが食事療法と運動療法です。患者さんの中には「糖尿病だから、何も食べられない」と思っている方もいますが[糖尿病食＝健康食]であり、制限食ではありません。むしろ糖尿病の食事療法の考え方は糖尿病をお持ちの方にとっても、そうでない方にとっても健康食となります。まずは、1日の自分の摂取エネルギーを計算して知ることから始めてみてください。また、実際に当院でお出ししている糖尿病のレシピをご紹介します。

### 1日の摂取エネルギー量を計算してみましょう

食事療法では適性なエネルギー量を摂取することが大切です。1日の摂取エネルギー量は身長・体重・どのくらい動くかによって1人1人違います。1日の摂取エネルギー量は下記のように求めます。

摂取エネルギー量

=

標準体重

×

身体活動量

カロリー  
(kcal)

身長(m) × 身長(m) × 22

軽い労作(デスクワーク) 25~30  
普通の労作(立ち仕事) 30~35  
重い労作(力仕事) 35~

計算式で出した摂取エネルギー量を目安に、下記の食品をバランス良くたべるようにしましょう

(表1)

穀物、いも、豆(大豆除く)  
炭水化物の多い野菜種実



(表2)

果物  
(アボカドを除く)



(表3)

魚介類、肉類、卵、チーズ  
大豆、大豆製品



(表4)

牛乳、乳製品  
(チーズを除く)



(表5)

油脂、脂質の多い種実  
多脂性食品



(表6)

野菜、海藻  
きのこ、こんにやく



## 美味しく健康！糖尿病レシピ

### ★筍の混ぜご飯 (1杯: 273kcal)

#### 材料 (4人分)

- ・ごはん…130g ×4
- ・筍…160g
- ・豚ミンチ…40g
- ・生姜…12g
- ・ごま…8g
- ・小ねぎ…8g
- ・だし…100cc
- ・濃口しょうゆ…20cc
- ・みりん…20cc
- ・塩…0.8g

#### 作り方

- ① 筍は茹でて1cm弱角に切る。生姜はみじん切りにし、小ねぎは小口切りにする。
- ② 豚ミンチは乾煎りし、筍・生姜・だし・調味料を入れて水気がなくなるまで煎る。
- ③ 炊きあがった白ごはんを②を混ぜ、最後に小ねぎと煎った切りごまをかける。

★うさぎりんご (42 kcal)

★筍の卵とじ (73 kcal)

★カボチャの変わり含め煮 (99 kcal)

合計 557kcal

写真のメニューはビックマックバーガー (525kcal) とほぼ同じカロリーになります

★カレーの焼き浸し (70 kcal)

## 当院で交通安全啓発のためのフラッシュモブが行われました



5月11日(土)、田川警察署交通課と福岡県立大学吹奏楽部の皆さんによるフラッシュモブを取り入れた交通安全教室が当院の1Fロビーにて行われました。縦笛で炭坑節を吹き出す男性から始まり、止めに入った女性職員もフルードで加わり…と次々と演奏者が増える光景に周囲の人たちは驚きながらも足を止め聞き入り、大勢の人に注目される中行われたフラッシュモブは大成功をおさめました。演奏の後には田川警察署から交通安全と特殊詐欺への啓発が行われ、改めて日頃から安全・防犯の意識を高めることの大切さを教えていただきました。



連載  
第1回

# たがわ探訪記



田川の様々な場所を巡る「たがわ探訪記」。記念すべき第一回目は当院が昭和25年に多くの中小炭鉱の従業員およびその家族の福利厚生と、炭鉱医療施設の普及と充実を目的に政府の施策の一環として開設されたことにちなみ、「田川市石炭・歴史博物館」に訪れました。この博物館は、かつての三井田川鉱業所伊田竪坑の跡地に建てられ「石炭」をテーマに昭和58年に開館し、全国的にも注目されています。

1F展示室に入ると当時の貴重な資料や三井田川鉱業所伊田竪坑のジオラマなどの資料が私たちを出迎え、当時の様子をリアルに想像することができ一瞬でその歴史の中に引き込まれました。ツルハシを用いた手掘りから始まった過酷な採炭作業は時代とともに機械採炭へ変遷し、同時に様々な道具や生活環境が進化していく過程はとても興味深いものでした。

2Fへ上がり第2展示室に入ると、そこは平成29年4月にリニューアルオープンの際に新たに作られたユネスコ世界記憶遺産(世界の記憶)に登録された山本兵衛さんのコレクションが広がる空間で、数多くの

炭鉱記録画を見る事ができます。その一枚一枚に目を通すだけで当時の炭坑社会を知ることができ、炭坑の記録が受け継がれていくためのとても貴重な資料であることを改めて認識しました。

博物館から一歩外へ出ると、炭坑で実際に使用されていた様々な大型機械や当時の生活を再現した炭坑住宅などが屋外展示場に並びます。また、隣接する石炭記念公園内からも見えるのは田川のシンボルとも言える二本煙突と竪坑櫓で、その存在感の大きさはやはり圧巻の一言です。それぞれ当時と同じ位置のまま鎮座し、炭坑の盛衰やその後の歴史の流れを見てきたその姿は、守るべき歴史的遺産であると感じずにはいられませんでした。

今回ご紹介した田川の代表的な場所でもある「田川市石炭・歴史博物館」。私自身、小学生の時に課外授業で訪れた以来でしたが、とても興味深く楽しむことが出来ました。まだ訪れたことがない方はもちろん、以前訪れた方でも是非足を運んでいただき、田川の歴史に想いを馳せていただきたいと思います。

## 田川市石炭・歴史博物館

〒825-0002 福岡県田川市大字伊田2734番地1(石炭記念公園内) TEL/FAX 0947-44-5745

開館時間 9時30分～17時30分 ※入館は17時まで

休館日 毎週月曜日(月曜日が休日にあたる場合は火曜日。火曜日以降も休日が続く場合は、連休終了日の翌日。) 年末年始(12月29日～1月3日)

※その他企画展入替等により臨時休館する場合があります。



# ■ 社会保険田川病院 診療医案内

診療受付時間 / 8:30~11:00 (急患はこの限りではありません)

令和元年6月1日現在

診療科	月	火	水	木	金	土	
内科	消化器	新患	板野 晋也	向坂 健秀	佐々木 優	相野 一	大園 太貴
		新患・再来	渡邊 優征	-	-	-	-
		再来 (予約)	前川 隆一郎	佐々木 優	板野 晋也	大園 太貴	相野 一
	呼吸器	新患・再来	吉富 宗重	-	小田 華子 (非常勤)	吉富 宗重	坂崎 優樹 (非常勤)
		新患紹介	-	向野 達也 (非常勤)	-	-	-
	循環器	新患・再来	柴田 龍宏 (非常勤)	翁長 春貴	大塚 昌紀 (非常勤)	翁長 春貴	柴田 龍宏 (非常勤)
	内分泌 糖尿病	新患・再来	安田 淳一	梶島 正治 (非常勤)	中村 慎太郎 (非常勤)	安田 淳一	安田 淳一
		新患・再来	-	曾我 理香	曾我 理香	-	曾我 理香
	小児科	新患・再来	安田 亮輔	安田 亮輔	安田 亮輔	石井 隆大 (非常勤)	安田 亮輔
	外科	新患・再来	田中 裕穂	弓削 浩太郎	田中 裕穂	吉田 武史	木嶋 潤也
再来 (予約)		高橋 龍司	川本 祐輔	堀尾 卓矢	中山 剛一	-	
乳腺専門		新患・再来	-	-	-	-	高橋 龍司
整形外科 (注)土曜日の 受付は10:00まで	新患・再来	吉川 英一郎	吉川 英一郎	菊地 慶士郎	吉川 英一郎 (第1,3,5)	吉川 英一郎	
	新患・再来	菊地 慶士郎	菊地 慶士郎	不動 拓真	不動 拓真 (第1~4)	不動 拓真	
	新患・再来	-	久能 義史 (非常勤)	-	大学医師 (非常勤)	-	
脳神経外科	新患・再来	川場 知幸	川場 知幸	川場 知幸	川場 知幸	-	
	新患・再来	笹平 俊一	笹平 俊一	-	笹平 俊一	笹平 俊一	
産婦人科	新患・再来	藤井 毅	河野 雅法	黒松 肇	桃崎 正啓	藤井 毅 (第2,4) 河野 雅法 (第1,3,5)	
	産科 (予約)	河野 雅法	黒松 肇	藤井 毅	助産師外来	桃崎 正啓	
	婦人科 (予約)	黒松 肇	桃崎 正啓	桃崎 正啓	藤井 毅	黒松 肇	
泌尿器科	新患・再来	宮島 次郎	宮島 次郎	綾塚 仁志 (非常勤)	宮島 次郎	宮島 次郎	
	紹介患者	宮島 次郎	宮島 次郎	宮島 次郎	宮島 次郎	宮島 次郎	
皮膚科	新患・再来	御厨 賢	御厨 賢	辛島 正志 (非常勤)	御厨 賢	御厨 賢	
形成外科	新患・再来	森 成一郎	森 成一郎	森 成一郎	休診	森 成一郎	
耳鼻咽喉科	新患・再来	佐野 仁紀	佐野 仁紀	佐野 仁紀	休診	佐野 仁紀	
	新患・再来	大学医師 (非常勤)	大学医師 (非常勤)	小野 剛治 (非常勤)	休診	進 武一郎 (非常勤)	
眼科 (注)受付は9:30~11:30まで	新患・再来	休診	大学医師 (非常勤)	大学医師 (非常勤)	休診	大学医師 (非常勤)	
歯科口腔外科 (注)平日午後13:30~15:00 受付(紹介のみ) 但し木曜日の午後は休診	新患・再来	寺嶋 伸一郎	寺嶋 伸一郎	寺嶋 伸一郎	寺嶋 伸一郎	寺嶋 伸一郎	
	新患・再来	坂田 信一郎	坂田 信一郎	坂田 信一郎	坂田 信一郎	坂田 信一郎	
	新患・再来	永田 和也	永田 和也	永田 和也	永田 和也	永田 和也	
	新患・再来	-	-	塚本 秀行 (非常勤)	久保田 貴倫子 (非常勤)	-	
精神科・ メンタルヘルス科 (完全予約制。新患の方は 紹介状が必要です。)	新患・再来	加藤 隆郎 (非常勤)	休診	大島 勇人	小林 雄大 (非常勤)	沈 龍佑 (非常勤)	
緩和ケア科 (完全予約制)	新患・再来	田中 裕穂	-	田中 裕穂	-	-	
放射線診断科 読影(診察なし)	新患・再来	植山 敏彦	植山 敏彦	植山 敏彦	植山 敏彦	植山 敏彦	
放射線治療科	新患・再来	-	-	江藤 英博 (非常勤)	-	宮田 裕作 (非常勤)	
麻酔科 手術(診察なし)	新患・再来	柳瀬 豊	柳瀬 豊	-	柳瀬 豊	柳瀬 豊	
	新患・再来	金子 貞也	金子 貞也	金子 貞也	-	金子 貞也	
健診	新患・再来	月脚 克彦 (非常勤)	和泉 洋一郎 (非常勤)	植山 敏彦	前川 隆一郎	月脚 克彦 (非常勤)	
老年内科 療養病棟専任 (診察なし)	新患・再来	橋本 光孝	橋本 光孝	橋本 光孝	橋本 光孝	橋本 光孝	

(注) 歯科口腔外科の診療受付時間 平日(午前)8:30~11:00 (午後)13:30~15:00  
※ただし、午後の受付は紹介患者さんのみ。また、木曜日の午後については手術のため休診とさせていただきます。  
(注) 眼科の診療受付時間 9:30~11:30までです。また、火曜日は紹介患者さんからの診療といたします。  
(注) 整形外科の診療受付時間 土曜日のみ 8:30~10:00までです。(それ以外の曜日は11:00まで)  
(注) 緩和ケア科は完全予約制です。(診療時間14:00~17:00)  
(注) 助産師外来は完全予約制です。(診療時間 9:00~16:00)

- 診療受付時間 8:30~11:00 (急患はこの限りではありません)
- 時間外診療 時間外に来院される場合には、必ず事前に電話連絡し、診療出来るか否かを確認のうえ来院して下さい。緊急を要する患者さん優先のため、場合によってはお断りする場合もございます。※小児科については、時間外、及び休日の診療は行っていません。
- 面会時間 平日/午後2:00~午後8:00まで、日曜・祝日/午前11:00~午後8:00まで
- 電話確認 予約変更 お電話は、平日/午後2:00~午後5:00、土曜/午前8:30~午後12:30まで



〒826-8585 福岡県田川市上本町10-18 (代表) TEL 0947-44-0460 FAX 0947-45-6540  
 (地域医療支援センター) TEL 0947-44-0474 FAX 0947-44-0559  
 URL: <http://www.s-tagawa-hp.tagawa.fukuoka.jp/> Email: [syomuka@s-tagawa-hp.tagawa.fukuoka.jp](mailto:syomuka@s-tagawa-hp.tagawa.fukuoka.jp)

当院へのご意見やご要望がございましたら、職員のご挨拶にお申し付けください。ご意見箱もご利用ください。

医療理念

- 満足、安心、信頼を持たれる病院をめざし、地域社会、地域住民に良質な医療を提供する。
1. 患者中心の医療
  1. 医療の質の向上
  1. 地域社会にあった手づくりの医療
  1. 安心と信頼を持たれる病院づくり
  1. 経営の安定と職員満足度の向上

社会保険田川病院 広報誌

あおぞら

vol.65 2019年6月発行

編集発行 社会保険田川病院 広報委員会 経営企画課  
 〒826-8585 福岡県田川市上本町10-18 TEL 0947-44-0460 FAX 0947-45-6540  
 (地域医療支援センター) TEL 0947-44-0474 FAX 0947-44-0559  
 URL <http://www.s-tagawa-hp.tagawa.fukuoka.jp/> Email [syomuka@s-tagawa-hp.tagawa.fukuoka.jp](mailto:syomuka@s-tagawa-hp.tagawa.fukuoka.jp)