



# ほつと通信



 **玉水会病院** 介護老人保健施設 **スィートケア なかよし** いしき訪問看護 **ステーション**



写真：維新ロード 維新ふるさとの道の桜

© 鹿児島市

## 【table of contents（目次）】

- ごあいさつー玉水会病院 院長 長友 由紀子……2P
- 病気の解説コーナー「糖尿病」……3P
- 特集〈特定健診・特定保健指導〉……4P
- 玉水会病院 外来診察予定……5P
- 老健なかよしだより いしき訪問看護ステーションよりお知らせ…5P
- 玉水さんぽ道……6P
- 地域のお店をご紹介します♪……6P
- ほつとニュース……7P



2025年  
春号

# ごあいさつ

いつも医療法人玉水会を応援いただき、ありがとうございます。皆さまの応援あってこそ玉水会病院、老健スイートケアなかよし、いしき訪問看護ステーションであります。皆さま方のお力添えに、心より感謝申し上げます。

さて、2025年度がスタートしました。医療法人玉水会では、昨年度より法人内のシステムやネットワークを一新し、患者様や利用者様とそのご家族へのサービス向上や、職員の業務負担軽減に取り組んでまいりました。今年度もそれらの取り組みは引き続き継続して行なってまいります。

また、米や野菜の価格上昇に代表される物価高や慢性的な人手不足、アメリカの新大統領就任による国際環境の劇的変化など、何が起こるのか分からない不安定な社会情勢は今後も続くと思われます。その中で、私たち医療法人玉水会は、地域の期待に応えられる存在でなければならないと考えております。

皆さまの期待に応えられる医療法人玉水会づくりに、今年度も鋭意努力して取り組んでまいりますので、引き続きご支援・ご協力のほど、何とぞよろしくお願い申し上げます。



## 医療法人 玉水会のご紹介

### 玉水会病院

診療科目は内科・循環器内科・消化器内科・糖尿病内科・心療内科・神経内科・リハビリテーション科があります。

病床は71床で、治療のための入院の他、自宅復帰を目指すリハビリ中心の入院等ありますので、お気軽にご相談ください。

鹿児島市下伊敷1-1-5  
TEL : 099-223-3330

### 介護老人保健施設 スイートケア なかよし

老健スイートケアなかよしは館内の4・5階にあります。入所50名、通所20名が定員です。老健の5つの区分で最上位の、利用者様の在宅復帰に貢献している「超強化型」にあたります。介護の悩みなどありましたら、相談員までお知らせください。

鹿児島市下伊敷1-1-5 (4・5階)  
TEL : 099-223-3390

### いしき訪問看護 ステーション

自宅で医療・介護を受けたいと望む患者様のご要望に応える、いしき訪問看護ステーション。

車でおおむね30分の距離であれば伺いいたします。

ご希望であれば夜間の訪問などといった、24時間の対応もいたします。

鹿児島市草牟田町3-21-303  
TEL : 099-225-6415

## 病気の解説 コーナー

血糖の病気

と う に よ う び よ う

# 糖尿病

## 〈糖尿病について〉

生活習慣病と係わりの深い病気、「糖尿病」。厚生労働省が3年ごとに行っている患者調査の令和5年調査によると、日本全国での患者総数が約550万人以上となっています。

糖尿病は、インスリンが十分に働かないために血液中を流れるブドウ糖（血糖）が増えてしまう病気です。血糖値が高いままの状態を放置すると血管が傷つき、心臓病や腎不全、あるいは失明や足の切断といったより重い病気（糖尿病の慢性合併症）につながる可能性があります。

## 〈糖尿病の種類〉

糖尿病は大きく分けると「1型糖尿病」、「2型糖尿病」、「その他の特定の機序・疾患によるもの」、「妊娠糖尿病」に分類されます。特に患者数が多いのは2型糖尿病で、その原因は遺伝的な影響に加えて食べすぎや運動不足、肥満などの環境的な（生活習慣的な）影響があると言われています。中高年に多く、症状が現れないこともあり、気づかないうちに症状が悪化することもあります。



## 〈症状と予防・治療〉

糖尿病ではかなり血糖値が高くなければ症状が現れません。高血糖の初期症状は以下の通りです。

・のどが渇く ・尿の回数が増える ・体重が減る ・疲れやすくなる （さらに血糖値が高くなると意識障害を起こすことも）

糖尿病の原因は、インスリンが出にくくなったり、効きにくくなることで血糖値が高くなることです。血糖値を下げるために生活習慣の改善（バランスの取れた食事、毎日の運動、ストレスの解消、睡眠の質向上、飲酒を控えるなど）のほか、インスリンなどの注射を行う治療を行います。

玉水会病院では、糖尿病専門医による糖尿病内科がありますので、お気軽にご相談ください。また、定期的に糖尿病教室を行っていますので、ご参加いただくと糖尿病をより詳しく知ることができます。

Pick Up!  
Doctors  
医師のご紹介

糖尿病内科  
医師



医師 倉野 美穂子

日本内科学会認定内科医  
日本内科学会総合内科専門医  
日本糖尿病学会認定専門医・認定指導医  
日本内科学会会員・日本糖尿病学会会員

## 特定健診・特定保健指導

### 生活習慣病とは

生活習慣病とは、食・運動・休養・喫煙・飲酒など日々の生活の中で行われる生活習慣が症状の発症や進行に関係する疾患のことを言います。がん・心疾患（狭心症や心筋梗塞などの心臓病）、脳血管疾患（脳梗塞やくも膜下出血などの脳の病）などが含まれます。

お腹周りの内臓に脂肪が蓄積した状態を「内臓脂肪型肥満」と呼びますが、それに糖尿病、高血圧症、脂質異常症といった病気が複数重なると動脈硬化を進行させ、命に関わる病気を急速に招く危険性があります。この「内臓脂肪型肥満」に加えて、これらの病気の危険因子を2つ以上併せもった状態を「メタボリックシンドローム」と呼び、生活習慣病を予防・治療する上でメタボリックシンドロームに着目する必要があります。



### 特定健診・特定保健指導

「特定健診・特定保健指導」はメタボリックシンドロームに着目した健診です。生活習慣病のリスクであるメタボリックシンドロームを早期に発見し、運動習慣や食生活、飲酒、喫煙といった生活習慣を見直すための特定保健指導を行うことで内臓脂肪を減少させ、生活習慣病の予防・改善につなげるものです。



特定健診を受診することで、以下のメリットがあります。

- 自身の健康状態を把握できる
- 健康に関するアドバイスを受けられる
- 疾病予防・改善が期待できる

対象となる方は40歳以上75歳未満の医療保険加入者です。職場や地域で毎年実施されているので、対象となる方は必ず受けるようにしましょう。

### メタボリックシンドロームの診断基準

以下に該当する場合はメタボリックシンドロームの該当者または予備群と診断されます。

①腹囲が基準以上  
● 男性85cm以上  
● 女性90cm異常



②その他の危険因子  
・血圧 ・血糖 ・脂質



【その他の危険因子】  
1つ…予備群  
2つ…該当者

健康な毎日を過ごすためにも、特定健診を受診して自分の健康状態を把握し、特定保健指導を上手く活用して生活習慣病の予防・改善に努めることが大切です。

# 玉水会病院 外来診察予定

スケジュールは変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

●脂肪肝外来・・・毎週水曜日午後（要予約）

| 曜日    | 月  |    | 火  |    | 水  |    | 木  |    | 金  |    | 土  |    |
|-------|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|----|
| 診療科目  | AM | PM | AM | PM | AM | PM | AM | PM | AM | PM | AM | PM |
| 内科    | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  | ○  |
| 消化器内科 | ○  | —  | ○  | —  | ○  | —  | ○  | —  | ○  | ○  | ○  | —  |
| 循環器内科 | —  | ○  | ○  | ○  | ○  | —  | ○  | ○  | ○  | —  | ○  | —  |
| 糖尿病内科 | ○  | —  | ○  | —  | —  | —  | ○  | —  | —  | —  | ○  | —  |
| 心療内科  | —  | —  | —  | ○  | —  | —  | —  | ○  | —  | —  | —  | —  |
| 神経内科  | —  | —  | —  | —  | ○  | ○  | —  | —  | —  | —  | —  | —  |

（注）心療内科は完全予約制です。糖尿病内科の土曜日の診察は第4の午前、再診のみとなります。  
神経内科の午前中の診察は第2・第4水曜日のみとなります。



## ご自宅で診察を受けたい方

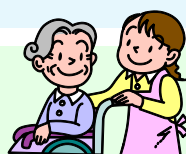
医師と看護師が一緒にご自宅を訪問して診察する**訪問診療**がごさいます。

## ご自宅でリハビリを受けたい方

理学療法士等がご自宅を訪問して自宅でリハビリを受けられる**訪問リハビリ**がごさいます。



## 老健なかよし便り



介護老人保健施設スイートケアなかよしでは、利用者の皆さまにご満足いただけるようにさまざまな取り組みを行っています。

### クラブ活動



### クラブ活動

※希望者のみ

- 園芸クラブ：毎週火・金曜日
- 音楽レク（カラオケ等）：毎週水・土曜日
- 書道クラブ：毎週木曜日
- ぬり絵・折り紙：毎週金曜日



■介護のお悩み等、お気軽にご相談ください。

## いしき訪問看護ステーションからのお知らせ

いしき訪問看護ステーションでは、おおむね車で30分圏内の地域でサービスを提供しています。

以下のようなお悩みをお持ちの方はぜひご相談ください。



- 自宅で医療・介護を受けたい
- 自宅で療養したい
- 退院したけれど、心配だ
- 一人暮らしで不安だ
- 家での介護方法が分からない
- 家族の休息が欲しい

いしき訪問看護ステーションは主治医や各サービス事業者と連携し、医療・介護の両面から患者さま・利用者さまをサポートいたします。

# タマちゃんと みーちゃんの なるほど! 玉水会

玉水会病院で脂肪肝  
外来がスタートしたにや



**脂肪肝外来  
3月よりスタート!!**

脂肪肝って何にやか?

肝臓に脂肪がたまる  
症状にやよ



にや、にやんとー!

放っておくとどうなるにやか?



肝硬変や肝がんに  
なるかもにやよ...

脂肪肝外来で診察や  
検査が受けられるにや



ボクも検査受けなきゃにや!

医療法人玉水会から国道3号線を鹿児島  
市街地方面へ少し歩けば、道沿いにお地  
蔵様が鎮座されています。

お地蔵様には昭和43年12月に建立され  
たという銘文が刻まれています。また、同様  
に「為有縁無縁各霊供養」との銘文があり  
ます。これは、縁のある人や無い人すべて



やさしい顔で地域を  
見守ってくれています

のご供養であり、すべての生きとし生けるものを示す  
ので、人間が生きていく上で糧となる動植物の供養  
も含まれるそうです。心優しい地域の方々が協力し  
て建立したのかもしれません。このような気持ちは、  
忘れずに持ち続けたいものです。

## 地域のお店をご紹介します♪

カ ド  
カフェ & シェアキッチン **Kado** kado

玉江小前交差点にある「Kado (カド)」は、今年2月に  
オープンしたカフェとシェアキッチンがあるお店です。常設の

カフェではいろいろなドリンクや地元のお店が作ったパン・お弁当などを楽しむことができます。



また、シェアキッチンは食品衛生責任者の資格があれば  
1時間1,300円または週1回/月25,000円 (いずれも税込)  
で利用して、調理した商品を販売することができます。  
ぜひ栄門に誕生した新しいスポットにお立ち寄りください。



入り口にその月のスケジュールが  
書いています

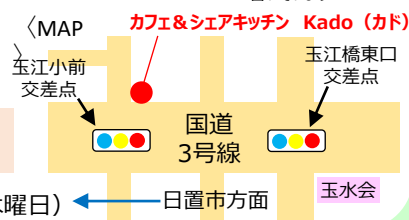


### カフェ&シェアキッチン Kado (カド)

〒890-0005  
鹿児島市下伊敷1-5-14  
Tel: 070-6517-4865

■ 営業時間 / 7:30~20:00 (定休日: 水曜日・木曜日)

※シェアキッチンの利用についての  
詳細はお店へお問い合わせください



## 脂肪肝外来を開始しました

玉水会病院では、3月から脂肪肝外来を開始しました。日本人の約30%がかかっていると言われている「脂肪肝」は生活習慣病とも深い係わりを持ち、放置すると肝硬変や肝がんなどを引き起こす可能性があります。

玉水会病院の脂肪肝外来では、専門医による診療、管理栄養士による栄養指導や理学療法士による運動療法を通じて脂肪肝の改善に取り組めます。気になる方はお気軽にお問い合わせください。

専門医による診療・アドバイス



管理栄養士による栄養指導

理学療法士による運動療法



お問い合わせ  
ご予約

TEL : 099-223-3330  
(月~金 10:00~16:00)

## 糖尿病教室を開催しています

玉水会病院では、令和7年12月にかけて毎月糖尿病教室を開催しています。2月、3月にそれぞれ第1回と第2回の教室が開催されました。

4月以降も毎月開催予定ですので、ぜひ皆さまお誘い合わせの上、ご参加ください。

入場無料、場所は玉水会病院5階レクリエーション室です。

ご不明な点などございましたら

お気軽にお問い合わせください。



【糖尿病教室の様子】

また、ホームページにも糖尿病教室のお知らせ情報を掲載していますので、ぜひご覧ください。

【お問い合わせ・お申込み】 玉水会病院 糖尿病教室係  
電話 : 099-248-9372 ファックス : 099-222-6541  
E-mail : gyokusui@nakae-group.com

## 館内でWifiをご利用いただけます

医療法人玉水会では来院者様や入院患者様、入所者様に快適なインターネット環境をご利用いただけるように、館内のネットワーク整備を行いました。

下記のSSIDを選択し、パスワードを入力することでWifiに接続してインターネットを使用できますので、ぜひご利用ください。

SSID : Gyokusui-Guest

パスワード : guest2025



## なかえグループのご紹介

医療法人玉水会は、社会福祉法人中江報徳園と一緒に「なかえグループ」を構成しています。 ※下図参照

### なかえグループ



中江報徳園は特別養護老人ホームなどの介護関係の施設が充実しています。介護のことなど、お気軽にお問い合わせください。

ひまわり園 TEL : 099-238-2140

## 編集後記

寒かった時期が過ぎて、やっとぽかぽか陽気が訪れるようになってきました。屋上庭園のお花やお野菜たちも、暖かさのおかげで元気になってきたように感じます。

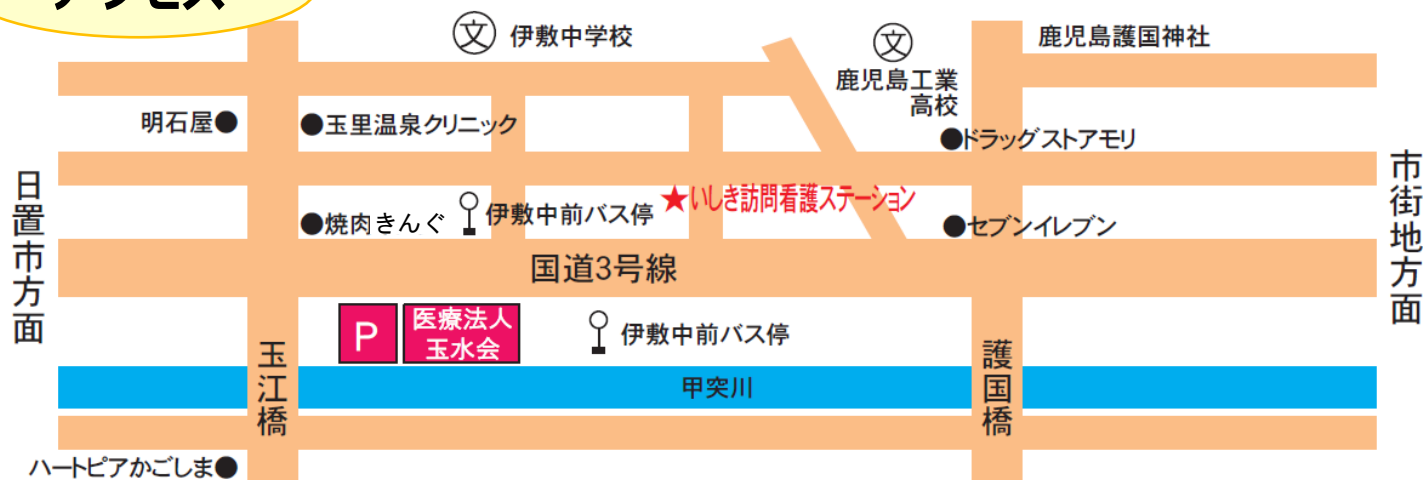
いよいよ2025年度がスタート。医療法人玉水会では、引き続きより良いサービスの提供を目指していきます。

【医療法人玉水会 顧客満足度向上委員会】



屋上庭園ですくすく育つソラマメ

## アクセス



### 私たちの使命(理念)

## 知恩報徳

～世の中の恩を知り、全ての事柄に感謝の気持ちを持って接する～

### 私たちの目指すもの (基本方針)

1. 安全・安心・健康
2. 地域包括ケアシステムの推進
3. 働きやすい職場と教育の充実
4. 効率的な経営

### 2025年度 法人目標

未来の玉水会は私たちが  
創ります。やってみよう  
変革への挑戦

※掲載されている画像および個人情報は、ご本人（またはご家族）の許可を得て掲載させていただいております。

広報誌：ほっと通信 2025年 春号

発行：医療法人 玉水会

編集：顧客満足度向上委員会

### ◆医療法人 玉水会

〒890-0005 鹿児島市下伊敷1-1-5

#### ・玉水会病院

TEL:099-223-3330 FAX:099-222-6541

#### ・介護老人保健施設スイートケアなかよし

TEL:099-223-3390 FAX:099-223-6957

#### ・いしき訪問看護ステーション

鹿児島市草牟田町3-21-303

TEL:099-225-6415 FAX:099-295-3935

ホームページ：<https://gyokusuikai.jp>  
E-mail: [gyokusui@nakae-group.com](mailto:gyokusui@nakae-group.com)



ホームページQRコード