

阿蘇温泉病院 糖尿病内科 代謝内科

(とまり ひでふみ)
泊 秀史 医師



泊医師の紹介

日本糖尿病学会専門医
日本内科学会認定内科医
日本医師会認定産業医
日本禁煙学会禁煙認定指導医
難病指定医(糖尿病代謝内科)
身体障害者指定医(内科)

糖尿病内科・代謝内科診療

日程

毎週月曜日(午後)・火曜日(午後)・水曜日(午前)

受付7:30～12:00/13:30～16:30

このような自覚症状、ありませんか？



**体重
の急変**

**つま先
の冷え**

**のど
の渇き**

**疲れ
やすい**



当院は、**糖尿病内科・代謝内科**があります。
まずはお気軽にお問い合わせ下さい。

阿蘇温泉病院
【☎0967-32-0881】

そとがき

※「そとがき」
外輪山を意味
する古い言葉
です。

医療法人社団坂梨会
あなたの健康が
大好きです
キャッチフレーズ

発行

医療法人社団
坂梨会 広報課

7月号 Contents

- ◆糖尿病内科・代謝内科紹介◆認知症カフェ
- ◆介護職員初任者研修◆交通安全講話
- ◆グラウンドゴルフ大会◆職員コラム
- ◆茶寿苑通信◆栄養科だより◆わくわく健康講座
- ◆診療日程

坂梨会イベントコーナー

医療法人社団坂梨会 認知症カフェ再開

○場所…コミュニティセンター

わくわく(阿蘇温泉病院敷地内)

○開催日…月に1回程度

○時間…13:30～15:00

○定員…20名

○受講料…無料

○必需品…動きやすい服装

専門的な知識をもつ医療スタッフが、あなたの健康へのアドバイスを送ります。

【申込み方法】直接お電話にてお申し込みください。

【阿蘇温泉病院】☎0967・32・0881

【受付時間】平日13時～16時(窓口…担当総務佐藤)

6月の認知症カフェ

「歯科から発信！認知症予防」をテーマに、認知症と口腔の健康との関係について講話を実施しました。講話では、認知症は脳の機能低下だけでなく、歯や口腔内の状態とも深く関係していることを説明し、歯を失うことや口腔機能の低下が生活の質に影響すること、歯周病予防の重要性について紹介しました。また、健康な口腔環境を維持するためには、日頃のセルフケアに加え、歯科医院での定期的なケアが大切であることを伝えました。口の健康を守ることが、全身の健康維持や認知症予防につながる重要な取り組みであることを学ぶ機会となりました。

8月の予定

3日(月) 13:30～15:00

食中毒予防と認知症
～病院 管理栄養士～

受講生募集

介護で繋ぐ地域の輪



令和8年度介護職員初任者研修
坂梨会では、毎年、介護職員初任者
研修を開催しています。

【主催】医療法人社団坂梨会

【申込期間】

2026年6月1日～7月17日
※9:00～17:00(日曜を除く)

【研修期間】

2026年7月27日～11月20日

受講日：月曜日～金曜日

受講時間：18:00～21:00

【受講料】

55,000円(税込)のみ

※教材費・テキスト代込

当事業所の研修講師は、各部署で勤務している看護師・介護支援専門員・社会福祉士・管理栄養士・居宅介護職員・施設介護職員が実際の体験談を踏まえた講義を行っております。介護職で勤務されている方だけでなく、家庭についての介護に関する知識・技術を学びたいと考えている方にも、介護の基本となる研修内容になっていますので是非、受講して頂ければと思います。

【お問合わせ】

介護老人保健施設愛・ライフ内牧

担当：坂本まで

☎0967・32・5511

安全運転の大切さを学ぶ

「交通安全講話」

6月15日海外職員を対象に、
阿蘇警察署 地域・交通課の
清水警部補を講師に迎え、交通安全講話
を開催しました。講話では、自転車の交
通ルールや交通事故防止について学びま
した。自転車は車の仲間であり、ルール
を守らなければ事故の被害者だけでなく、
加害者になる可能性もあることを改
めて認識しました。特に、スマートフォン
を見ながらの運転や一時停止違反、信
号無視など、日常生活で起こりやすい危
険な行為について具体的に説明がありま
した。また、交通事故を防ぐためには「速
度を出さない」「横断歩道では歩行者を
優先する」「一時停止をする」「脇見運
転をしない」といった基本的な行動が大
切であることを学びました。講師からは、
交通ルールは自分自身
や周囲の人の命を守る
ためにあるというお話
がありました。



職員一人ひとりが安全
への意識を高め、安心
して働き、生活できる
環境づくりにつなげて
いきたいと思っています。



天然芝の上で大熱戦！(黒川地区)

第6回グラウンドゴルフ大会

6月5日、阿蘇市多目的広場にて「第6
回阿蘇オープン阿蘇温泉病院杯グラウン
ド・ゴルフ大会」を開催し、約77名の皆
さまにご参加いただきました。会場には
笑顔と歓声があふれ、世代を超えた温か
な交流の輪が広がる一日となりました。
ご参加ご協力いただいた
皆様に心より感謝申し上
げます。第7回大会は秋
季開催を予定しております。
今後も地域に根ざした
大会を目指してまいります。



職員の



第38話

小学校4年生の夏休みに、父の仕事に連
れて行ってもらい、入道雲が湧き立つ芳
野からの山道を歩いていると、正面から
オニヤンマが飛んで来て、差し出した昆
虫採集網の中へすっぽりと入り、「オオミ
ズアオ」と共に、夏休
みの「昆虫標本」のハ
イライトになったこと
を懐かしく思い、あの
夏のジリジリとした炎
天下、父と二人で歩い
た風景が今も思い出と
して心に刻まれている。



阿蘇温泉病院【0967-32-0881】

詳しくは
右のQRコードから
ご確認下さい

電話でのお問合わせが
に変わりました

自動音声案内



茶寿苑通信 『笑顔溢れるケアハウス茶寿苑』

茶寿苑は阿蘇地域で唯一の軽費老人ホームで、今年で開設二十三年を迎えました。当施設は、入居者様のご健康とご長寿を願い百八歳を祝う『茶寿』から施設名が名付けられており、入居定員は五十名で六十歳以上の個室での生活が出来る方がご入居頂けます。全個室のバリアフリー化したプライベート空間を確保しながら日常生活を快適にお過ごしいただけます。同時に、管理栄養士によるバランスの取れた食事や天然掛け流し温泉で入浴、生活相談や介護サービスなどを受けながら穏やかに自立した生活が過ごせます。そのため、充実した生活環境のもと実年齢よりも若々しく生き生きと平穏にお過ごしになられています。職員も「きめ細やかなお手伝いをさせて頂いていることへの誇りをもって業務に従事しており、自信をもってお勧めが出来る施設で、アットホームな生活をお過ごし頂けます。」ご見学などお気軽にお問い合わせ下さい。



「身土不二（しんどふじ）」

私たちの体は、毎日食べている「食べ物」

からつくられています。皆さんは普段、どのような食事をされていますか。ここで、「身土不二」という言葉をご紹介します。「身土不二」とは、「体と土地は切り離せないものであり、その土地の環境で育ったものを食べることが健康につながる」という考え方です。昔の人々は、長い暮らしの中で、その土地の気候や風土に合った食材を食べることが、体にとって自然であることを経験的に知っていました。私たちが暮らしている阿蘇市は、豊かな自然に恵まれています。おいしい水、澄んだ空気、肥沃な土壌、寒暖差のある気候。その環境の中で育つ野菜やお米、乳製品、畜産物には、阿蘇ならではの魅力があります。同じ環境で暮らす私たちが、その土地で育った旬の食材をいただくことは、体にとっても自然な食生活につながるのかもしれませんが、また、その土地の食材を、その土地ならではの調理方法でいただく「郷土料理」も、健康と深く関わっています。季節ごとの食材を使い、気候に合った調理法で作られる郷土料理には、先人たちの知恵がたくさん詰まっています。昔ながらの食文化を見直すことは、栄養バランスの整った食生活を考えるきっかけにもなります。

毎日の食事の中で、地元で採れた旬の食材を選んでみる。地域の農産物直売所を訪れてみる。家庭で郷土料理を作ってみる。そんな小さな意識が、自分自身の健康づくりだけでなく、地域の自然や食文化を守ることに繋がっていきます。これからも、地域の恵みに感謝しながら、体にも地域にもやさしい食生活を大切にしていきたいですね。

医療法人社団坂梨会 わくわく健康教室

- 場所…コミュニティセンター わくわく（阿蘇温泉病院敷地内）
 - 開催日…月に1回程度
 - 時間…13時30分～15時00分
 - 定員…20名
 - 受講料…無料
 - 必需品…動きやすい服装
- 40歳以上を対象にした健康教室です。医師や専門的な知識をもつ医療スタッフが、あなたの健康へのアドバイスを送ります。

※予約制になります

7月

30日(木) 健康講座
『糖尿病と生活習慣』
糖尿病代謝内科 泊 医師



【テーマ】人生100年時代、加齢に華麗に立ち向かいましょう。

【申込方法】直接お電話にてお申し込み下さい。

【阿蘇温泉病院】☎0967・32・0881

【受付時間】平日13時～16時（窓口…担当 藤田）

14:00~17:30

※令和8年6月30日現在

令和8年7月						月		火		水		木		金		土	
						午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
内科						戸上	泊	戸上	21日～16：00 泊	泊	徳本	戸上 9日休診	河内	横山 受付7:30～10:00 診療8:30～10:30	尾崎	4・18日のみ 堤	4・18日のみ 堤
						尾崎		河内	21日16：00～ 徳本			徳本	徳本	11日のみ 通山	11日のみ 通山		
												9日のみ 河内	河内	25日のみ 瀧本	25日のみ 瀧本		
							泊		21日～16：00 泊	泊							
糖尿病代謝内科											徳本	徳本					
脳神経内科											徳本	徳本					
脳神経外科								河内					河内				
耳鼻咽喉科						谷	診察8:30～12:30/14:00～17:30	尾崎	谷 21日のみ 診察8:30～12:30/14:00～17:30	尾崎	谷 診察8:30～12:30/14:00～17:30			谷 17日休診 診察8:30～12:30/14:00～17:30			
内視鏡センター								尾崎		尾崎		小田	小田		横山 4日休診		
腎・泌尿器科												熊本大学病院 受付7:30～11:30			非常勤医師 受付7:30～12:00 診療10:00～12:30		
産婦人科						荒尾			荒尾			荒尾	荒尾	荒尾 5・12・26日午後休診	荒尾	(日のみ診察) 荒尾	
受付 8:45～12:00/14:00～17:00									7日：受付11:30まで午後：15:30開始 14日：受付15:30まで								
消化器内科						尾崎	尾崎		尾崎		尾崎		尾崎	横山 診療8:30～10:30	尾崎		
受付 7:30～12:00/13:30～17:00																	
整形外科																	
受付 7:30～11:30/13:30～16:30																	
小児科									松本 7日午後訪問診察 外来診療16：00～			松本	松本		松本	松本	
アレルギー科									松本 7日午後訪問診察 外来診療16：00～			松本	松本		松本	松本	
麻酔科・緩和ケア								坂梨		坂梨				坂梨			
診療 9:30～12:00																	
歯科（予約制）									鍋流馬 21日休診			宇治		奥田 3日休診			
阿蘇健康管理センター						河内		坂梨		徳本		尾崎		戸上 12日：上寿園	戸上	横山 4日休診	
透析センター						横山	横山		横山	横山	横山 3日午後：河内	横山	横山	非常勤医師 回診 9:00～14:00			

阿蘇温泉病院では、骨粗鬆症の
早期発見・早期予防のために
 骨の**正確な状態**を知ることがで
 きる骨密度検査装置を新規導入
 しました。

お気軽に**ご相談下さい!!**
阿蘇温泉病院(0967-32-0381)

【詳細はコチラ】

転倒し
手首を
骨折

転倒し
腰郭・臀部を
骨折

転倒し
肩を
骨折

寝転
圧迫
骨折

あなたの
骨は
大丈夫
ですか？