



私たちは、自らを愛するように隣人を愛し
隣人に尽くすことに誇りをもちます

高齢化がどんどん進む高島市で必要なこと

リハビリテーション室 理学療法科 辻 佑弥

● 高齢者の割合

高島市の人口のうち3人に1人が高齢者であることをご存じですか？65～80代の人口が最も多く、若くなるにつれて人口が減少しています。この状況は今後続くことが明確でありどんどん高齢者の割合が増えていきます。

● 高齢者の割合が増えるとどうなる？

年齢を重ねると「病気」「骨折」などでどうしても人の手を借りたり、介助が必要になったりしますよね。高島市の高齢者の割合が多いとどうしても支援の手が足りなくなってしまう可能性があります。

● 具体的な対策は「健康寿命を延ばす」こと

健康寿命とは【健康上の問題で日常生活が制限されることなく生活できる期間】。つまり、病気や不自由が無く過ごせる期間です。

健康寿命を延ばすためには病気の予防が大切で、特に転倒による骨折は誰にでも起こりうる病気です。

● 転倒注意チェックリスト

1. 最近体重が大きく減った
2. 最近疲れることが多くなった
3. 前に比べて運動量が減った
4. 歩くのが遅くなった
5. 筋力低下を感じる

チェックリストに当てはまる方は「転倒の危険性が高い状態」かもしれません。自分の生活を少し見直してみましょう。



● 病気の予防もリハビリ

リハビリは悪くなった部分に行うイメージが強いですが、実は予防もリハビリの1つです。「チェックリストに当てはまった人」「転倒することが多くなった人」はリハビリが必要な状態かもしれません。気になる方は、かかりつけの先生に相談してみましょう。

お知らせ

● 年末年始の診療について

令和4年12月

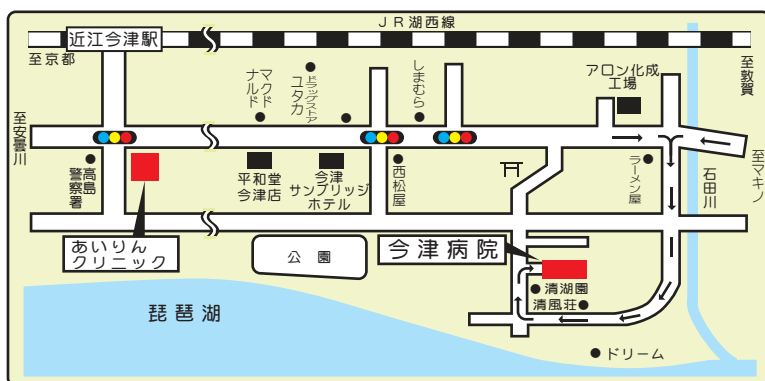
26	27	28	29	30	31
月	火	水	木	金	土
平常通り	平常通り	平常通り	休診	休診	休診

令和5年1月

1	2	3	4	5	6
日	月	火	水	木	金
休診	休診	休診	平常通り	平常通り	平常通り

※診療科によっては、平常通りの診察日でも休診している場合があります。ホームページやお電話にてご確認の上ご来院ください。

アクセスマップ



一般財団法人 近江愛隣園 今津病院

〒520-1605

滋賀県高島市今津町南新保87番地1

TEL:0740-22-2238


FAX:0740-22-5125

HP: <http://www.oumiairinen.org>



● 外来診療部門 週間担当医表 ※祝祭日は休診です

	月	火	水	木	金	土 午前のみ
内科※1	安藤三男 (消化器内科)	大野慶人 初診受付11:00まで	佐々木靖之 (循環器内科)	平井直子 (午前のみ) 初診受付11:00まで	第1・2・4・5 藤野文孝 (腎臓内科) 第3 午後は完全予約制 平井直子	交替 (急患のみ)
整形外科※2 リハビリテーション科	瀬本喜啓 9:30~	岸本郁男 午前は完全予約制 9:30~	岸本郁男 午前は完全予約制 9:30~	岸本郁男 午前は完全予約制 9:30~	瀬本喜啓 9:30~	
専門外来※3	皮膚科~14:30 第1・3・4・5 高橋聡文 第2 ~14:00 藤本徳毅 泌尿器科 午前のみ 完全予約制 岩城秀出洙		神経内科 隔週 鵜沼恒夫 12月7・21	循環器内科 第2・4 午前のみ 完全予約制 佐々木靖之 皮膚科~14:30 山口明彦	泌尿器科 10:00より診察 午後は完全予約制 岩城秀出洙 呼吸器内科 禁煙外来 9:30~15:30 島田一恵	

※ 電話で予約もお受けしています。 ※前日まで (☎ 0740-22-2238) 最新の診察変更情報→ 
 ※1 内科 6(火)午後休診 ※2 整形外科 9(金)休診 (当日等の急な変更は非対応)
 ※3 皮膚科 1(木)休診

● 人工透析のご案内

1部(月~土)	8:30~
2部(月~土)	14:30~
3部(月・水・金)	17:00~

■ ベッド数 30台

※ 送迎についてはご相談下さい。
 透析センター直通電話番号 0740-22-2341

● 受付時間・診察時間

	受付時間	診療時間
午前	8:30~12:00	9:20~
午後	13:30~15:30	13:30~

■ 休診日：日曜日・祝祭日 土曜日の午後は休診
 訪問診療・訪問看護も行っております。
 お気軽にご相談ください。
 緊急時はお問い合わせください。24時間体制です。

● 無料保健・福祉相談
 (予約制)のご案内

今月の相談日 22日(木)
 相談時間 10:00~11:00
 テーマ

『高齢者の生活相談と福祉サービスの紹介』
 22-5126(地域連携室直通)

● あいりん つむぎ地域包括
 支援センターのご案内

高れい者・なんでも相談窓口

- ◆電話 0740-22-2282
- ◆実施日 月~金(年末年始・祝祭日除く)
- ◆実施時間 8:30~17:15

● 訪問リハビリテーションのご案内

- ◆実施日 月~金(年末年始・祝祭日除く)
- ◆実施時間 9:00~17:00
- ◆完全予約制 詳しくはお問い合わせください。

● 通所リハビリテーションのご案内

- ◆実施日 月~金(年末年始・祝祭日除く)
- ◆実施時間 8:30~12:30
14:00~16:00(火曜日のみ)
- ◆詳しくはリハビリテーション室へ
お問い合わせください。

当院は敷地内
 全面禁煙です

