



ひとつではなく、 全体をみる診療

第5回「たるみず元気プロジェクトを自分の生き方に生かす」コラム

総合機能評価 × 桑波田 聡


垂水市立医療センター
垂水中央病院
循環器内科

昨年度、試行的に行われた“たるみず元気プロジェクト”では、市民の健康チェックでいくつかのことがわかりました。
第5回目は、垂水市立医療センター垂水中央病院循環器内科 桑波田 聡 医師にお話をお聞きしました。

「垂水元気プロジェクト健康チェック」もう受けられましたか？すでに受けた方は、質問項目がとて多く感じたかもしれません。一般に高齢の方は、「血圧や血糖値が高く、そのうえ膝が痛くて・・・」など複数の病気を抱えていることが多いため、我々医療者は、ひとつの症状や病気だけをとらえるのではなく、患者さんの全体をみる「全人的診療」を行う必要があります。総合機能評価は、生活機能を多面的にとらえ、個々人の「全体像」を把握するために有用な手法です。具体的には、「交通機関を使って外出できるか？」、「自分で買い物ができるか？」などの日常生活機能、そのほか認知機能や抑うつ度、社会的要素、家庭環境などあらゆる機能を評価します。先行する研究において総合機能評価は、本人だけでなく同居する家族にも客観的な指標として有益で、医療費削減にも結びつくとされています。この健康チェックを毎年受けると、今は病気がなくても「転ばぬ先の杖」で、これから起こる身体の不調や病気にいち早く気が付き、大事に至る前に対策や治療ができます。垂水元気プロジェクトは、高齢社会を邁進する日本を見据えた取り組みで、垂水市で行われ、皆さんが気軽に受けられる、いわば垂水市民の特権です。皆さん、この健康チェックに参加して、元気に自立して過ごせる「健康寿命」を延ばしていきましょう！

ファミリーマート 北方浜平店

「道の駅たるみずはまびら」へ移転いたします。
今後ともご愛顧下さいますようよろしくお願い申し上げます。



移転 オープン 11/9(金) AM10:00~

11/9(金) ▶ 11/11(日) 3日間限定イベント

<p>1,000円以上 (税込)のお買上げで、 焼酎「森伊蔵」や「魔王」 「八千代伝熟柿」など 豪華景品が当たる ガラガラくじ実施!!</p> <p>11/9(金)10時~20時 11/10(土)・11(日)8時~20時 ※1000円以上お買上げで1回のくじ引きとなります。 ※未成年の方へお酒が当たった場合は、他の景品をプレゼントさせていただきます。 ※景品が無くなり次第終了させていただきます。</p>	<p>福袋販売 焼酎「魔王(化粧箱入り) 720ml」入り 1袋 3,500円(税込) 3日間で限定100袋!! 各日 午前10時より販売 ※未成年者への販売は実施していません。</p>	<p>焼鳥 全品 税込 100円 各日 10時~20時</p>	<p>たるたると ゆかいな仲間 たちもやってくる!</p> 
<p>開店 振る舞い餅 11/9(金) 数に限りがございます。なくなり次第終了させていただきます。 ①10時半 ②12時 ③15時</p>	<p>ポップコーン プレゼント!</p>  <p>※小学生以下の方に限らせて頂きます。 各日 10時~17時</p>	<p>ヘリウム風船 プレゼント!</p>  <p>数に限りがございます。なくなり次第終了させていただきます。 ※小学生以下の方に限らせて頂きます。 各日 10時~17時</p>	<p>イベント当日の おたのしみ企画 「来店して頂いたら何か いいことあるかも!？」</p> 

ファミリーマート北方浜平店
鹿児島県垂水市浜平2059番3
Tel: 0994-31-3031

お酒 たばこ 鹿児島銀行ATM

あなたも、コンビニに、
FamilyMart

こもんそ商品券もご利用できます。



「道の駅たるみずはまびら」
ファミリーマート北方浜平店には
イートイン15席

(キリトリ線)

引換券

ファミリーマートコレクション
コクと旨みの
こだわりたまご (10個入)

引換期間 2018年11月9日(金)~無くなり次第終了
※先着200名様ファミリーマート北方浜平店限定

(キリトリ線)