

うららか さんぽ

O's flower 荒田店

鹿児島市下荒田

季節の花、ちょっとり個性的な花が100種類並ぶO's flower 荒田店。立地の良さ・営業時間の長さなどから「あらゆるシーンに利用しやすい」と評判で、日常使いはもちろん、特別な日の贈り物としての利用も多い。花を贈る人・もらう人の話をできる限り細かく聞いてイメージを膨らませて作るオーダーはもちろん、すぐに持ち帰れるアレンジメントも店頭豊富に揃っているで、ちょっとしたお土産にもぴったり。



色とりどりの花々がより美しく映える、黒ベースのスタイリッシュな店内。男性も気軽に訪れやすい雰囲気が魅力だ



シャボンフラワー、プリザーブドフラワーはギフトにも◎



特別な日を華やかに演出するバルーンフラワー。サプライズにもおすすめ



思わず連れて帰りたくなる素敵なお花が多く揃う。リーズナブルな価格帯もうれしい

O's flower 荒田店

〒890-0056 鹿児島市下荒田1丁目6-3
TEL: 099-251-2616
営業時間…10:00~19:00
Instagram: o.s_flower



公益社団法人昭和美 IMAKIIRE GENERAL HOSPITAL いまきいれ総合病院

〒890-0051 鹿児島市高麗町43番25号
TEL: 099-252-1090 FAX: 099-203-9119
<https://imakiire.jp/>



外来予約センター 診療予約・予約変更

TEL: 099-203-9100 FAX: 099-203-9101
月~金曜日 9:00~17:00

がん相談支援センター

TEL: 099-203-9123 月~金曜日 8:30~17:00
どなたでも無料でご利用いただけます

昭和会理念

協力
貢献
向上
教育

患者の権利と責務



関連施設 上町いまきいれ病院

〒892-0854 鹿児島市長田町5番24号
TEL: 099-222-1800 FAX: 099-226-3366
<https://imakiire.jp/kanmachi/>



関連施設 いまきいれ子ども発達支援センター

〒890-0054 鹿児島市荒田1丁目15-3
TEL: 099-202-0325 FAX: 099-202-0326



●発行日…2025年(令和7年)3月
●発行…〒890-0051 鹿児島市高麗町43番25号
公益社団法人昭和美 いまきいれ総合病院

表紙写真/事務部 横路久美

いまきいれ総合病院の公式SNSもチェック! >>



TAKE FREE

ご自由にお持ちください

いまきいれ総合病院

地域と医療をむすぶ情報誌

うららか

2025
春号

urarakaka



つながる医療
つながる生命

特集

『無痛分娩』って何をするの?

『無痛分娩』って何をするの？

『無痛分娩』は分娩の痛みを和らげるお産のことです。興味はあるけど怖い、周囲から陣痛の痛みを乗り越えないと一人前の母親になれないと言われるなど漠然とした不安を持つママたちも多いのでは？無痛分娩のことを正しく理解して不安を払拭し、自分の意志で無痛分娩を選択できるようになりましょう。

陣痛とは？

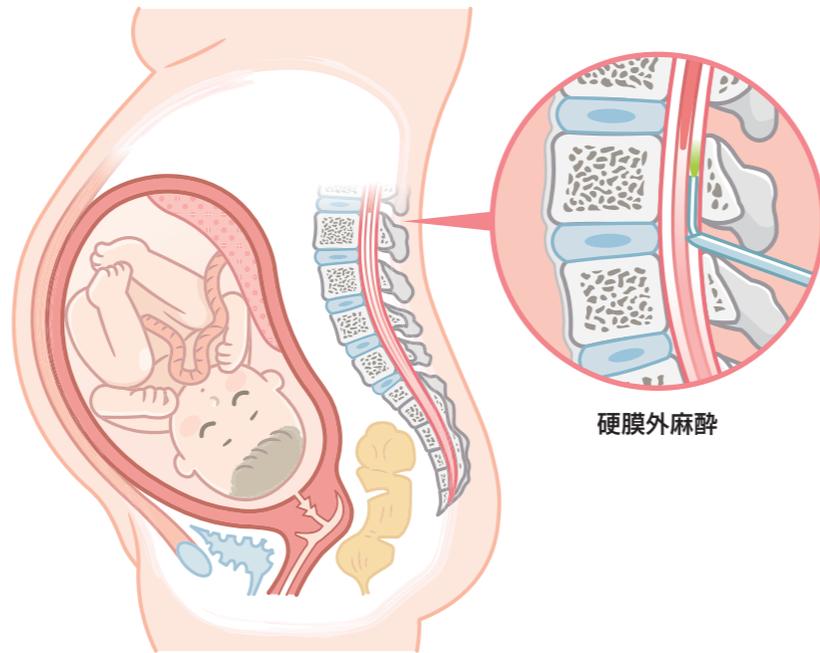
お産の痛みの正体は赤ちゃんを押し出そうとする子宮収縮の痛み、赤ちゃんが産道を通るときに骨盤を押し広げる痛みです。

無痛分娩はこのような痛みを麻酔で取り除くお産のことをいいます。

無痛分娩の麻酔はどんな方法？

無痛分娩の麻酔方法は当院では硬膜外麻酔という方法を使用しています。

背中から硬膜外腔というところに麻酔薬を注入し、痛みの神経に作用して痛みをブロックします。痛みは緩和されますが、子宮の収縮は感じることで通常のお産のようにママがいきんで赤ちゃんを産むことができます。



無痛分娩のメリット デメリットは？

メリット

お産での体力消耗が抑えられるため産後の回復が早くなります。痛みでパニックにならず落ち着いてお産に臨めるのでママの精神が安定し、ママのストレスが軽減することで胎盤の血流がよくなり赤ちゃんへの負担も少なくなります。

デメリット

分娩遷延、頭痛などの副作用や合併症があります。まれですが、生命に関わる合併症がおこる可能性もあります。

当院では周産期専門医、麻酔科医、新生児内科医が常駐しているため安心して無痛分娩に臨める環境を整えています。

無痛分娩に対する疑問や不安は払拭されましたか？無痛を選択しても選択しなくても当院ではすべての妊婦さんが安心して分娩に臨めるようスタッフ一丸となって全力でサポートさせていただきます。

Check

産科のご案内

新しい命の誕生を迎えるお母さんご家族をサポートいたします



いまきいれ総合病院 産科 TEL: 099-252-1090(代表)

- 当院は予約制です。事前に産科外来へご連絡ください。
- 紹介状がなくても受診可能です。お気軽にお問い合わせください。
- 他産院に通院中の方は紹介状を必ずお持ちください。



産科サイト



@IMAKIIRE.SANFU



私はこのがん検診で自分の体を守ろうと思う!

がん早期発見のための全身MRI(DWIBSドゥイブス) による体に優しいがん検診

2人に1人ががんになる今、自分を守るためにがん検診を受けてみませんか?

【本検診の特徴】

- PETによるがん検診と同様、全身(頸部～骨盤部)までの悪性腫瘍を検出可能。
- PETによるがん検診の1/3～1/2の価格で受けていただけます。
- MRIを使った検診なので、放射線による被ばくなし。安心して繰り返し、検診を受けていただけます。
- 検診結果は2週間をめどにご自宅へ郵送いたします。医師の面談、結果説明はありません。

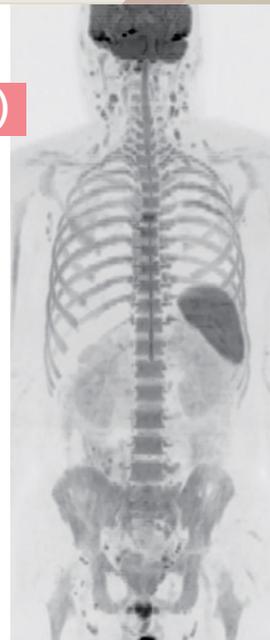
(注意事項)

- MRIで検査を行うため、ペースメーカー等、体中金属を入れている方は検査できない場合があります。
- PETによるがん検診と同様、全ての悪性腫瘍がわかるわけではありません。
- 本検診で異常が見つかったも、その後の精密検査で異常なしと診断される場合もあります。またがん以外の良性疾患(炎症等)の場合もあります。



まーそ いまきいれ

本検診のご予約、お支払は国内最大級人間ドック予約サイト「マーン」より(Web決済のみ)



DWIBSドゥイブス画像(正常例)

市民公開講座を開催しました

いまきいれ総合病院は、地域がん診療連携拠点病院として、地域のみなさまを対象にがん・緩和ケア研修会を定期的に開催しています。

今回は肺がん治療の講座として、副院長 呼吸器内科 岩川純 医師による「肺がん治療の新たな一歩 ～免疫療法の可能性～」と、副理事長 呼吸器外科 今給黎尚幸 医師による「肺がん治療の新たな選択肢～ダヴィンチによる最新ロボット手術～」の2講演を行いました。

講演後のアンケートでは、「手術について学び、大変有意義でした」「映像や丁寧な説明により理解が深まり、CT検診の重要性も実感しました」「若い世代へのがん予防の啓発も必要だと感じました」など、感想をいただきました。

次回の開催については、病院公式ホームページおよびLINEでお知らせいたします。



●開催日....令和7年1月25日 ●場所....TKPガーデンシティ鹿児島中央 ●参加人数....69名



Let's

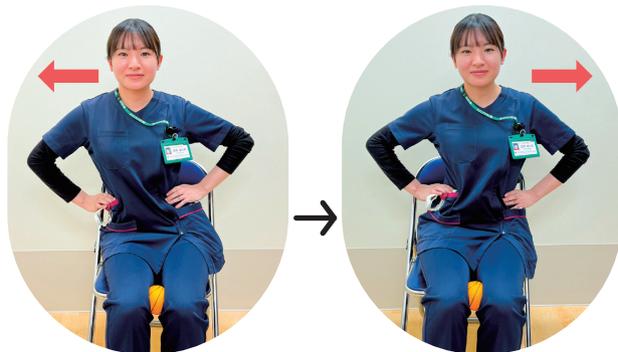
「腰痛」予防!

part 2

腰痛とは、主に腰部に痛みや不快感が生じる状態を指します。骨にかかる負担だけでなく、様々な要因が腰痛の発症に影響していることが明らかになっています。また、過度な安静や痛みに対する不安が、腰痛の慢性化を招く一因とされています。日本では、痛みを感じると安静にすることが一般的ですが、海外では腰痛があってもできるだけ日常生活や余暇を継続し、安静は必要最小限にとどめるべきだという考え方が広まっています。

「腰」のトレーニング② 並行運動

- ①ボールまたは丸めたタオルを膝で挟みます
- ②肩の高さが変わらないようにしながら、左右どちらかに体重をかけ、バランスがとれるギリギリのところで停止します



■参考資料/日本理学療法士協会 理学療法ハンドブック 腰痛予防

腰痛セルフチェック

腰を曲げて痛い場合



腰を伸ばす運動

腰を伸ばして痛い場合



腰を曲げる運動



「腰」のトレーニング① お尻・腰のストレッチ

- ①息を吐きながら、片足を抱えて膝を肩に近づけます
 - ②そのまま20秒間とめます
- ※おなかの力をぬいて、お尻や腰が伸びるようにしましょう

左右20秒×3セット



腰痛の原因が分かっている時は、痛くても無理に運動することはせず、安静や医師の指示に従ってください



リハビリテーション課
理学療法士
福迫 利樹



リハビリテーション課
理学療法士
古木 ほたる