



／特集／

# わたしたちのまちのお医者さん

図住民課健康係 ☎ 0943-32-3502

自分の「今の体の状態」をどのくらい把握していますか？

日常生活を送る中で「どこも痛くないし元気だから大丈夫」と、自分の感覚だけで体調を判断していませんか？

体の中の小さな変化は、自分ではなかなか気づけないものです。血圧の数値や健診の結果は、そのような「自分では気づきにくい体からのサイン」を客観的に教えてくれる、大切なバロメーターなのです。

## 大切な医療機関の存在

「健診で再検査と言われたけれど、どこに行けばいいんだろう？」「血圧が少し高いけど病院へ行くほどじゃないかな……」「最近、トイレが近かったり足腰が痛んだりするけど、こんな些細なことで相談してもいいのかな？」

このような不安や迷いを感じたときに真っ先に思い出してほしいのが、町内のお医者さんたちの存在です。

今回の特集では、町内の医療機関と、健康管理の基本となる血圧の正しい測り方を紹介します。

毎日を安心して過ごすために

広川町には、専門的な知識を持ったお医者さんがたくさんいます。「大したことない」と思っている悩みでも、お医者さんに話をすることで、隠れた原因が見つかったり、生活を楽にするアドバイスもえたりすることがあります。遠くの大きな病院へ行くのはちょっと勇気がいりますが、町内の身近な診療所ならお出かけのついでに、困りごとを気軽に相談できます。いつでも頼れる「かかりつけ」が近くにいることは、これからの毎日を過ごす上で、きっと大きな安心につながるはずです。自分ひとりで抱え込まず、町のお医者さんと一緒になって、これからの健やかな毎日について考えてみませんか。

五反田医院  
住所：広川町大字新代 638-1  
☎ 0943-32-0036  
下広川内科医院  
住所：広川町大字広川 2119-15  
☎ 0942-52-3883  
ひろかわ腎クリニック  
住所：広川町大字新代 1330-1  
☎ 0943-30-8001  
吉山内科整形外科  
住所：広川町大字新代 1432-14  
☎ 0943-32-4381

### ①蒲池医院



住所：広川町大字新代 1720-1  
☎ 0943-32-0357

### ②久英会クリニック



住所：広川町大字新代 1389-128  
☎ 0943-32-8170

### ③國崎内科医院



住所：広川町大字新代 737  
☎ 0943-32-0003

### ④合原医院



住所：広川町大字長延 608-2  
☎ 0943-32-0120

### ⑤ちぢわ耳鼻咽喉科



住所：広川町大字久泉 527-2  
☎ 0943-32-0144

### ⑥馬場病院



住所：広川町大字新代 1389-409  
☎ 0943-32-3511

### ⑦姫野病院



住所：広川町大字新代 2316  
☎ 0943-32-3611

### ⑧広川病院



住所：広川町大字新代 930  
☎ 0943-32-2001

### ⑨みたに泌尿器科クリニック



住所：広川町大字新代 726-3  
☎ 0943-24-8646

### ⑩みやた眼科



住所：広川町大字新代 1951-5  
☎ 0943-32-6888

### ⑪横田病院



住所：広川町大字新代 1428-94  
☎ 0943-32-1115

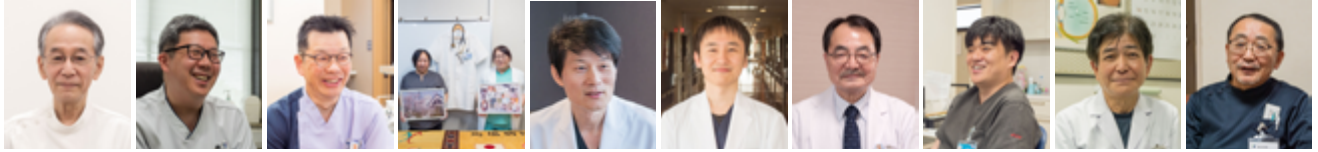
### ⑫江本ニーアンドスポーツ クリニック



住所：広川町大字新代 1332-1  
☎ 0943-32-1213

# わたしたちのまちのお医者さんにインタビュー！

このページでは、各病院の特徴やお医者さんが大切にしていることなどを紹介します。



## ①蒲池医院

20年変わらないぬくもりと、あたりまえの医療がここに  
～親子二代の医師とスタッフで守る、町の皆さんの健康～

蒲池正浩 院長

私は昭和22年10月生まれ、団塊世代で今年79歳になります。高校の親友が昨年77歳で大川市長になり、81歳まで任期があるという事で、私もそこまで頑張ろうと決意しました。

中広川小学校の南西に生家があり、子どものころ、家には鶏や羊、乳牛もいて、乳搾りもしました。旧役場の前の道路を木炭バスが走っていましたが、今では各家庭に数台の車は当たり前、パソコンや携帯電話など、生活・活動環境がめまぐるしく変化しています。

母が医師だから自然に医師の道に入りました。血を見るのが嫌だったのに、医師になったら外科を専攻していました。関西で麻酔、救急医療、外科などを修練して、平成元年に久留米に帰ってきました。古賀病院でも検査機器、医療環境の劇的な変化を経て、古賀病院

21の院長を辞し、蒲池医院を引き継ぎました。

病気に対して人間の自然治癒力を引き出し、その妨げとなるものを取り除くことで、回復できるように努めています。話し合い、納得して患者さん自ら病と闘うものと考えます。気軽に相談ください。

蒲池正顕 副院長

20年以上寄り添う、変わらないスタッフの温もり

当医院は、祖母の代から三代、「町のかかりつけ医」として小さなお子さんからご高齢の人まで、この町の皆さんの健康を見守り続けてきました。

一番の強みは、院長（父）と共に歩むスタッフが20年以上変わっていないことです。皆さんのご家族の歴史

や日々の生活まで知っている「いつもの顔ぶれ」が、温かく迎えします。

地域の皆さんとのコミュニケーションを大切に、20年来のスタッフと言葉を交わし、安心して帰っていかれる姿を見ることが、私たちの何よりのやりがいです。

迷ったときの相談窓口に「あたりまえの医療」を自宅や診察室で

今年4月から副院長として加わった私は、麻酔や救急集中治療など急性期医療の専門性を身につけた後、関西での先進的なクリニックで「家庭医療（住民を丸ごと診る医療）」の研修を経て、近隣の姫野病院で7年半、内科、小児科、救急、在宅医療などに携わってきました。

当院には大病院のような高度な機械はありませんが、いつも同じ医師とスタッフ

が、皆さんの違いに気づき、心と体の不安にじっくり寄り添うことを大切にしています。

ワクチンなどの「予防医療」から、「どこに相談すればいい？」「大きな病院は遠くて大変」というときの、気軽な相談窓口でありたいと思っています。必要なときには、最適な専門医へ責任を持って速やかにつながります。いつもの診察室や訪問診療で、「あたりまえの医療」を「あたりまえにお届けすること」が、私たち「かかりつけ医」の役割です。

祖母からの伝統のぬくもりとこれまでの我々の経験を掛け合わせ、チームとして、皆さんが住み慣れたこの町で安心して暮らせるようサポートいたします。どうぞ気軽にお頼りください。



## ②久英会クリニック

患者さん一人ひとりの健康管理と食事サポートを徹底しています



佐藤一也 院長

医師を目指したきっかけ

父親は開業医として活躍していました。早くに亡くなり、医院は閉院しました。しかし、私は父と同じ道を歩むことを決意し、医師の道に進みます。

専門分野は「消化器内科」で、大学病院での勤務時代は、主に肝臓病の治療に注力していました。

病院の特徴

当クリニックを受診する人の約8割は併設施設の入居者であり、一般の患者さんは2

割程度です。施設利用者のほとんどが車いすを利用しており、コミュニケーションが難しい人も多いため、体温や食事摂取量、担当看護師からの情報を基に「何が問題なのか」を見つけ出すことには大変な苦労があります。

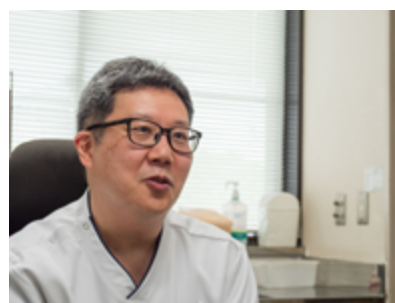
高齢者の誤嚥や口腔内トラブルに対応するため、2年前からクリニック内に歯科を併設しました。歯科医師が食事時に食べ方をチェックし、嚥下検査を行って食事形態を決定するなど、健康管理と食事サポートを徹底しています。併設施設の久英会シニアビレッジでは、一般的な施設では受け入れが困難な患者さんの健康問題や病気について何でもご相談ください。

休日の過ごし方

草取りをしたり水彩画を描いたりして過ごしています。そのほか、愛犬とドッグランに出かけます。

## ③國崎内科医院

患者さんが安心して通院できるよう、丁寧に説明することを大切にしています



國崎裕文 院長

医師を目指したきっかけ

私の父は内科医であり、その影響で医学部に進むことを決めました。血が噴き出す場面を見るのが得意ではなかったため、内科を選択しました。

やりがいと病院の特徴

病院時代は、状態の悪い入院患者さんが回復し、無事に退院していく姿に大きなやりがいを感じました。開業医として働くようになってからは、「良くなったよ」と言ってもらえることにやりがいを感じています。

日常的な診察では、患者さんに不快な思いをさせないよう、丁寧に説明することを大切にしています。診察室では、緊張して症状をうまく伝えられないこともあるかと思いますが、その際は看護師でも構いませんので、遠慮なく何でもお尋ねください。

当院では胃カメラ検査を行っています。基本的には鎮静剤（麻酔）を使って行いますが、使わない場合でも、できるだけ苦痛が少なくなるよう配慮して行いますので、安心してご来院ください。往診は、相談に応じて受け付けています。必要な場合は、訪問看護事業所をご案内しますので、お尋ねください。

休日の過ごし方

私はインドア派で、自宅でゆっくり過ごすことが多いです。テレビでスポーツ観戦や競馬中継を楽しんでいます。そのほか、NHKの朝ドラを毎日視聴しています。

## ④合原医院

「この地域にあって良かった」と思ってもらえる、  
灯台のようなクリニックを目指しています

### ●合原るみ 院長

私が医師を目指したきっかけは、幼い時に母が喘息を患っており、父が先進的な治療法を取り入れ、治療に取り組む姿を見ていたことです。

当院は、生後間もない乳児から高齢者まで、多様な年代の患者さんを診察しています。私の専門分野は呼吸器内科で、感染症や喘息、肺がんなど、多岐に渡る肺疾患に取り組んでいます。咳はありきたりの症状と思いますが、2か月を超える咳にはさまざまな疾患が隠れています。

かかりつけの患者さんの在宅医療には、24時間体制で取り組んでいます。クリニックのため、できる事は限られますが、在宅看取りも行っています。高齢者の増加に伴い、ご家族からの相談も増え、薬剤の管理を鮫島薬局と連携して取り組んでいます。当院は、午前中に近隣の人を送迎しており、車いすの人も利用できますので、ご利用ください。

### ●合原みち 医師

私が医師を目指すきっかけとなったのは、父の存在です。姉と兄が内科に進んだため、私は異なる専門分野を選ぼうと考え皮膚科を選択しました。

皮膚の病気は慢性化しやすい、長期にわたって定期的な通院が必要になるケースが多いです。患者さんが安心して通えるよう、しっかりと話を聞き、リラックスできる雰囲気づくりを大切にしています。

患者さんは、乳児から高齢者まで幅広く、それぞれの年齢や視点に応じた声かけも行っています。日常的によく診察するのは、お子さんのきびやお年寄りの乾燥肌などです。人には見せづらい、デリケートな部分の皮膚トラブルもお気軽に相談ください。休日は、愛犬と遊ぶことでリフレッシュしています。趣味は、読書や映画鑑賞で、最近観た映画「プロジェクト・ヘイル・メアリー」は印象深い作品でした。

## ⑤ちぢわ耳鼻咽喉科

患者さんと同じ目線に立ち、何でも聞きやすい雰囲気づくりを大切にしています



千々和秀記 院長

### 医師を目指したきっかけ

父が耳鼻科を開業していたことや自身が病気がちであったことから、医療の世界は常に身近に感じていました。その影響で私は医師を目指しました。兄も耳鼻科医として活躍しています。

広川町に開業することを決めたのは、生まれ育った福岡県内で耳鼻科が不足している地域を探した結果です。

### やりがいと病院の特徴

患者さんが症状を改善し、笑顔で帰っていく姿を見ると、

医師になって本当に良かったと実感します。治りにくいイメージのあるアレルギーも、免疫療法などの進歩により少しずつ治療方法が改善されていますので、ご相談ください。

当院の患者さんの約半数がお子さんです。耳鼻科の処置を嫌がる子が多いため、同じ目線に立ち、友達感覚で何でも聞きやすい雰囲気づくりを大切にしています。

耳鼻科全般を診察していますが、最近では「難聴と認知症との関連」について勉強しています。認知症を予防するためには、早期に補聴器を装着することが推奨されていますが、補聴器は高額であり、治療や対策の進展が遅れているのが現状です。

テレビの音量が大きくなるなど、日常生活で少しでも不便さを感じた時が受診のタイミングです。当院では検査を行い、その結果から補聴器を勧める必要性について判断しますので、高齢者の難聴についてお気軽にご相談ください。

## ⑥馬場病院

患者さんが地域で長く過ごすように、  
寄り添う事を大切にしています



馬場敦子 理事長 (写真右)  
故・馬場繁行 初代院長 (写真左)

医師を目指したきっかけ

医師である父の仕事ぶりを見て育ち、仕事の大変さを身近で感じてきたため、医師にだけはならないと宣言していました。しかし、高校卒業後の進路で両親と大喧嘩になり、売り言葉に買い言葉で、「じゃあ医学部に行く」と言ってしまったので医師になりました。

やりがいと大切にしている事

入院・手術・退院後の外来まで、患者さんと一緒に診ていきたいと思い、脳神経外科を選択しましたが、嚥下障害

や高次脳機能障害に興味を持ち、脳卒中のリハビリを始めました。患者さんが来院してから、治療や生活環境を整え、住み慣れた地域で安全に生活できるようになったときに、この仕事をしていて良かったと感じます。

休日の過ごし方

時間があれば海に行き、スキューバダイビングをしていました。国内外1200回以上潜っていましたが、コロナ禍で中断していたため、再開しようと思っています。

観葉植物を育てており、最高で30鉢を室内で育てていました。今は、ベランダで藤棚をつくり、パキラやブーゲンビリアを育てています。

子どものころからエレクトーンを弾いていたため、院内や医師会のコンサートも行っています。毎年、クリスマスには、初代院長の繁行先生とホワイトクリスマスを披露していました。

患者さん本人だけでなく、そのご家族も含めてしっかりと接することを大切にしています



馬場裕子 院長

医師を目指したきっかけ

医師である父の背中を見て育った私は、その大変さを理解していましたが、「誰かがやらなければならぬ」という思いから医師の道を選びました。

やりがいと大切にしている事

圧迫骨折などで痛みがひどく、全く動けなかった患者さんが、30分から1時間程度の手術を受けることで再び動けるようになる。「手術をして良かった」と心から思います。歩けなかった患者さんが自分

の足で歩いて退院していく姿を見ると、大きなやりがいを感じます。現在は脊椎外科も勉強しています。

私にとって最も重要なのは、患者さんが「楽しく」病院に来られるように接することです。患者さん本人だけでなく、そのご家族も含めてしっかりと接することを大切にしています。患者さん個々の表情をしっかりと見て、感情を尊重することも心掛けています。

頭痛や腰痛、歩行困難、物忘れ、認知症、めまいなど、心配なことがあればお気軽にご相談ください。

休日の過ごし方

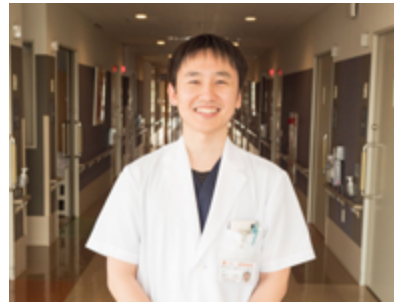
掃除や洗濯などの家事をこなし、子どもの習い事の送迎などに追われています。

ベランダで金魚とドジョウを飼育しており、ドジョウが5匹連なって筒に入る姿がとてもかわいく、癒やされています。



## ⑦姫野病院

糖尿病でお困りの患者さんに、無理なく続けられる生活改善目標を提案します



緒方大聖 医師

医師を目指したきっかけ

「将来はチンパンジーの研究者になりたい」と考えた時期もありましたが、父が医師であったため、医師を目指すことに決めました。

学生時代に内分泌科の研究室で1か月間お世話になり、そのときに出会った先生方の雰囲気がとても好きでした。そのほか、先輩医師から「内分泌は面白いだろ」と言われ続けているうちに、徐々にその魅力に引き込まれ、「面白いかもしれない」と感じるようになり、内分泌科を選択しました。

やりがいと大切にしている事

現在は糖尿病の診察を行っています。長年の生活習慣をすぐに改善することは難しく、多くの患者さんが苦戦しています。そのため、患者さんの思考や食習慣を見極めながら、無理なく続けられる生活改善目標を提案しています。長年血糖値が良くならなかった患者さんの数値が良くなると、大きな手応えとやりがいを感じます。

一度受診を中断してしまった患者さんが再び来院できるよう、来院しやすい雰囲気づくりを大切にしています。糖尿病の合併症として最初に現れる神経障害については、自覚症状の確認と、当院で行っている「CVR」という検査で早期発見に努めています。

休日の過ごし方

2人の子どもと公園などで遊びながら過ごしています。

地域の皆さんの優しさと信頼に心から感謝しています



謝軍 医師

医師を目指したきっかけ

出身は中国の天津市です。家族や身近な人を助けたいという思いから、医師を志しました。中国と日本の両国で臨床経験を重ね、医師になり30年、日本で医師免許を取得して約18年が経ちます。専門は、肩・膝・股関節の人工関節手術、スポーツ整形外科です。

やりがいと大切にしている事

車いすの患者さんが手術で痛みが軽減され、再び歩けるようになり、元の生活や趣味を取り戻す姿を見ることが最

大のやりがいです。診療では、患者さんの日常生活を聞き取り、最適な治療方法を提案し、ご家族と一緒に治療方法を選ぶことを大切にしています。外国出身であることから不安を与えないか心配していましたが、この地域の皆さんに信頼していただいていることに心から感謝しています。

整形外科の治療は、手術だけで終わるものではなく、術後のリハビリが治療の成否を大きく左右します。痛みを取り除くだけでなく、筋力や関節の動きを回復し、安心して生活できる状態に戻すためには、継続的なリハビリが欠かせません。当院には約100人のリハビリスタッフが在籍し、入院から退院後まで、患者さんの生活目標に合わせてリハビリテーションとケアを提供しています。

休日の過ごし方

ジョギングやスポーツゲイムで体力づくりをしています。

## ⑧広川病院

すべての患者さんに対し、尊厳を持って接しています



野口和典 院長

医師を目指したきっかけ

私は男三人兄弟の次男で、兄弟全員が医師です。父は長崎の田舎で開業医を営んでおり、昔は経済的に困窮している患者さんから現金ではなく野菜などを「現物支給」として受け取りながら地域医療に貢献していました。そのような父を尊敬し、私も医師を目指しました。

大切にしている事と

病院の特徴

すべての患者さんに対し、尊厳を持って接しています。

医師としてのキャリアの中で、救急医療に約7年間従事しました。当時は専門分野が細分化されていなかったため、子どもの発熱から高齢者の骨折まで、一人で総合診療を行う経験を積み鍛えられました。

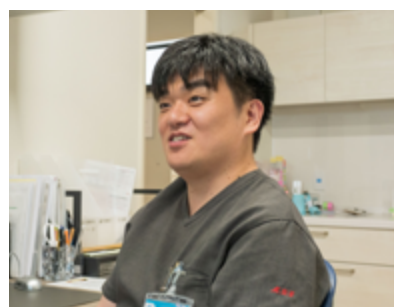
当院は慢性期の療養病院で、自宅や施設に戻れない重症患者さんを看取れる「最後の砦」の役割を担っています。介護疲れの家族を支援するため、「レスパイト入院（一時預かり）」も行っています。在宅療養中に床ずれが悪化した人も、入院期間に制限なく受け入れ、専門的な処置を施した後、自宅へ帰すことが可能です。介護タクシーの手配からサポートしますので、お気軽にご相談ください。

休日の過ごし方

魚釣りや日曜大工、山登りなどを楽しんでいます。特に釣り竿は30本ほどコレクションしており、「釣り竿スタンド」を自作しました。

## ⑨みたに泌尿器科クリニック

「人の役に立ち、社会に貢献できる仕事したい」という思いから医師になりました



三谷智太郎 院長

医師を目指したきっかけ

当初は獣医師への憧れもありましたが、人の役に立ち、社会に貢献できる仕事がしたいという思いから、医師を志しました。初期研修医時代のこと、先輩医師に熱心に誘っていたことが、泌尿器科を選んだ大きな理由です。

八女公立総合病院で3年間の勤務経験があり、この地域の皆さんの人柄に惹かれました。妻が八女市出身であることにも親近感を抱き、広川町での開業を決め、今年の6月で一年が経過しました。

来院する患者さんの特長

男性では前立腺肥大症や前立腺癌、女性では膀胱炎や過活動膀胱の患者さんが多く来院されます。夏季は尿管結石、冬季は頻尿や尿漏れの患者さんが増加する傾向にあります。小児では、包茎や亀頭包皮炎、夜尿症（おねしょ）でお悩みのお子さんが多くいます。

前立腺癌は、現在男性の癌の中で最も多いものです。触診などの診察への恥ずかしさから受診をためらう人がいますが、血液検査やエコー検査など、検査方法はさまざまです。事前に説明し、希望に応じて行いますので、ご安心ください。前立腺癌以外でも受診を悩んでいる人は、事前にお電話でご相談ください。

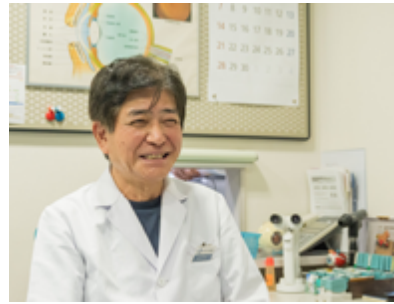
休日の過ごし方

趣味はボウリングで、最高スコアは300です。家でも3人の子どもたちとゲームでボウリングを楽しんでいます。



## ⑩みやた眼科

患者さんと直接向き合い、できるだけ分かりやすく説明することを大切にしています



宮田啓明 院長

医師を目指したきっかけ

九州工業大学で機械工学を学び、自動車メーカーに就職しました。その後、福岡市役所に転職し、ごみ処理場や水処理場、浄水場などで勤務。義父が医師であることから、その影響を受けて医師を目指すことに決め、市役所に在籍中に受験勉強し、医学部に合格できました。

眼科医を選んだ理由は、自身の年齢から体力面を考慮したことと、手先が器用であったことからです。顕微鏡を使った細かい作業が中心の眼科は最適だと思いました。

大切にしている事

診療では、「患者さんと直接向き合い、できるだけ分かりやすく説明すること」を大切にしています。画像を患者さんと一緒に見ながら説明し、患者さん自身が納得した上でお薬や治療を受けられるよう努めています。

毎朝オープン前から多くの患者さんが外で並んで待つてくださり、その光景を見るととてもうれしい反面、申し訳ない気持ちにもなります。今年の6月5日で、開業から30年という大きな節目を迎えました。

休日の過ごし方

休日は妻とドライブに出かけます。愛車はトヨタ車です。2〜3か月ごとに地元の中学校の友人たちと集まり、飲み会やカラオケを楽しむ時間を大切にしています。今でも医学部時代の友人たちと飲み友達として交流があります。

## ⑪横田病院

何でも話しやすい「ホームドクター」のような存在を目指しています



吉田輝久 院長

医師を目指したきっかけ

父が結核で長期間入院していた際、母が家計を支える姿を見て「病氣の人を治したい」という思いが芽生えたことが、医師を志す原点となりました。循環器内科を選んだ理由は、大学時代に尊敬する先輩がこの分野に進んだことに影響を受けたからです。

やりがいと大切にしている事

心電図や聴診、血圧などを通じて患者さんのすべての状態を把握し、自ら診断・治療できる点に大きなやりがいを

感じています。

診察室では、何でも話しやすい「ホームドクター」のような存在を目指しています。専門外の相談を受けた場合は、適切な病院を紹介するなど、丁寧な対応を心掛けています。当院には、循環器以外にも消化器、糖尿病・内分泌、リウマチ・膠原病の専門医がそろっています。在宅診療や往診も行っており、一年半前から「ナースカー」を導入し、看護師が施設へ患者さんのお迎えに行く体制も整えています。自宅での看取り相談も受け付けています。

休日の過ごし方

ゴルフや落語を楽しむほか、一人で風景を眺めながらローカル線に乗る「乗り鉄」でリフレッシュしています。最近特にハマっているのはNHKの朝ドラです。医療について描かれている内容ですが、そのセリフの素晴らしさには感銘を受けています。

## ⑫江本ニーアンドスポーツクリニック

「膝の痛みの最後の砦」。膝の痛みで困ったら、  
江本ニーアンドスポーツクリニック

膝・スポーツのスペシャリスト  
ト集団として

当クリニックは、2006年の開業以来、「九州の田舎でも、世界トップレベルの治療を提供すること」を変わらぬスローガンとして掲げてきました。私たちの使命は、単なる整形外科治療にとどまりません。医師・ナース・リハビリスタッフが一丸となった「膝・スポーツのスペシャリスト集団」として、皆さんが「もう治らない」と諦める前に頼れる「膝の痛みの最後の砦」となるべく、日々精進を重ねています。

これまでに1万6000件以上の手術を行い、人工膝関節手術や膝前十字靱帯再建手術数においては、全国・九州トップクラスの実績を維持しています。その信頼は、地域の皆さんだけでなく、将来を担う若いアスリートからオリンピックで活躍するトップ選手まで、幅広く選ばれ続けている証です。北京オリ

ピックからパリオリンピックまで、5人のメダリストのサポートに関わり、現在も次のロサンゼルスオリンピックを目指すアスリートをサポートしています。

確かな実績と温かいケアで、  
人生をサポートします

当院では、3人の膝関節スペシャリストをはじめ、肩・肘・脊柱などの各部位の専門医が連携し、内服や注射、最先端の再生医療から日帰りの神経焼灼術まで、個々の症状に合わせた最適な治療法を提案しています。スポーツ障がい、ケアやコンディショニングも、専門スタッフが全力でサポートします。

「膝の痛みで困ったら、江本ニーアンドスポーツクリニックがある」そう思ってもらえる存在であり続けることが、私たちの誇りです。確かな実績と温かいケアで、皆さんの人生をサポートできることを楽しみにしています。

役場へ来庁の際や、各種手続きの合間などに血圧測定しませんか！

広川町役場1階北側入り口に設置している、自動血圧計「健太郎」は、腕をアームに入れて開始ボタンを押すだけで簡単に血圧の計測が可能です。来庁の際や手続きの合間などで血圧計測をして日々の管理にご利用ください。



### 正しい血圧の測り方

- 測定前のタバコ、酒、コーヒー、お茶は控えましょう。
- 1～2分座ってから、原則2回は測定しましょう。
- 朝と寝る前の決まった時間に測定しましょう。
- 結果はすべて記録し、健診の際やかかりつけ医へ報告しましょう。

135/85mmHg 未満を目指そう！



氷室健太郎町長と  
自動血圧計「健太郎」