

梯子きざはし

きざはし【階】〈梯〉はしご段。地域の皆様と健康生活へのかけはし。



地方独立行政法人

那覇市立病院

〒902-8511 沖縄県那覇市古島2丁目31番地1
TEL 098-884-5111 (代表)
TEL 098-887-1199 (急病センター)

<http://www.nch.naha.okinawa.jp/>



那覇市立病院

●●●● 理念「和と奉仕」 ●●●●

- 一、私たちは、市民の安心できる病院をめざします。
- 一、私たちは、微笑みと優しさを持って接するように努めます。
- 一、私たちは、診療内容をわかりやすく説明・開示するように努めます。
- 一、私たちは、いつも最新の質の高い医療をめざします。
- 一、私たちは、地域の医療機関と協力して開かれた病院をめざします。
- 一、私たちは、医療・福祉・保健の相互連携の発展に努めます。

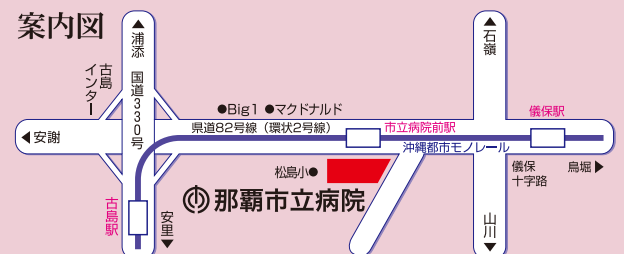
●●●● 「患者の権利」 ●●●●

- 一、誰でも、人権が尊重され平等に良質な医療を受ける権利をもっている。
- 一、誰でも、自分で病院や診療方法を選ぶ権利をもっている。
- 一、誰でも、十分な説明のもとに診療を受ける権利をもっている。
- 一、誰でも、自分の治療上のプライバシーが尊重される権利をもっている。
- 一、誰でも、自分の診療記録の開示を求める権利をもっている。

CONTENTS

年頭の挨拶	2
糖尿病の話 内科 科部長 豊見永 辰美	4
糖尿病チェック&予防方法/病院ボランティアをしてみませんか?	6
出産体験記	7
ICU (集中治療室) 紹介	8
臨床支援部検査室紹介	9
那覇市立病院では、「セカンドオピニオン」を推進しています!	10
那覇市立病院地域医療連携交流会	11
“細胞検査士”ってご存知ですか?	12
献立紹介/ふれあいポスト	13
登録医紹介	14

案内図





「平成22年を迎えて」

理事長兼病院長

與儀 實津夫

新年明けましておめでとうございます。本年が医療従事者にとってよい年になりますよう祈念いたします。

当院は平成20年に地方独立行政法人化を果たして3年目を迎えることとなりますが、さらに創設30周年という大きな節目ともなりました。これまで那覇市立病院が存続できたのも、那覇市と地域関連医療機関の協力なしにはあり得なかったものと改めて痛感致しております。

当院は、平成22年4月の「地域医療支援病院」指定獲得を目指して職員一丸となって頑張ってきました。その結果平成21年には、紹介率71.3%（逆紹介率58.3%）、登録医数も540人（登録施設数454施設）に達することができました。また昨年11月に開催した念願の「地域医療連携交流会」には、約400人の関連病院関係者の参加を頂きました。これまでの努力がみのったものと、職員一同喜びと共に心より感謝を申し上げる所です。那覇市立病院は、「24時間365日救急・高度医療」を提供して市民に必要とされる病院であり続けたいと努力して参りました。今年も、地域の診療所・病院との連携を密にしていきたいと心を新たにしております。

最後に、昨年末当院にとって誠に嬉しいニュースに接したことを報告させていただきます。総務省官庁速報によりますと、「公立病院経営改善事例等実務研究会」が良好な公立病院33医療機関を調査対象とした中で、当院が10病院の1つとして選ばれ、事例集冊子にまとめて全国の自治体病院に配布するとありました。新たな年に向けて励みになるニュースであり報告させていただきました。



年頭の挨拶

理事兼副院長

久高 弘志

新年を迎えるにあたり謹んでお喜び申し上げます。旧年中は地方独立行政法人 那覇市立病院をご支援頂きありがとうございました。今年も宜しくお願い申し上げます。

振り返ると平成21年は新型インフルエンザにあけくれた1年でした。4月にメキシコで発生してから、当院でも5月にはパンデミックに備えて診療者のためにガウンやマスクなどの個人防護具を備蓄しました。6月29日には県内初の患者が発生し、8月の日曜日には発熱救急患者が1日に206人となり、そのうち101人がA型陽性でそのほとんどが新型インフルエンザと思われました。一般救急患者への感染拡大を防ぐために、急病センターとは別の階に発熱外来を設置しました。当院の職員だけでは足りず、那覇市医師会に応援を依頼したところ、快く迅速に対応して、内科医と小児科医を発熱外来に派遣して頂きまして心より感謝申し上げます。また電話相談のボランティアとして沖縄県看護協会からの応援もありました。これらの新型インフルエンザへの対応した体制は、厚労省より全国の医療機関にモデルケースとして紹介されました。年末年始にかけては第二波が到来して発熱外来を再開しています。今後とも御協力お願い申し上げます。

平成22年度の診療報酬改定は、薬価・材料等は1.36%減、診療報酬本体を1.41%増と10年ぶりにプラス0.19%の改定となります。入院医療を厚くし、特に救急・産科・小児科・外科の充実をはかると公表しており、急性期医療を担っている当院にとって追い風となります。



年頭の挨拶

理事兼副院長
島袋 洋

皆様、明けましておめでとうございます。

那覇市立病院が地方独立行政法人化して、中期計画4年を一区切りにします、今年4月からいよいよ後半戦に入って参ります。初年度を何とか切り抜け、2年目は更に拍車を掛けて職員が一丸となって頑張った証が出るものと信じています。

去年は新型インフルエンザに明け暮れた1年でしたが、未だに終息の日は来たらず、那覇市医師会の内科・小児科の先生方に日曜・祝祭日の応援を頂いております。

「地域医療機関との連携・強化」は当院の中期目標にも掲げられております。今年沖縄県医師会を中心として脳卒中地域連携パスが南部保健医療圏で運用開始されることとなります。他には大腿骨頸部骨折地域医療連携パスが既に運用されていますが、まだまだ十分とはいえません。今後は一般的な疾患としての糖尿病、高血圧、脂質異常症なども当院のような急性期型病院からの退院後は、かかりつけ医へと橋渡しとしてパスが運用されるものと思われます。特に、当院は地域がん診療連携拠点病院でもあり、地域のそして登録医の先生方と共により一層密に連絡を取り合い乍ら、患者さんを診ていかなければならないと考えています。

皆様と共に今年も頑張ります。どうぞ宜しくお願い申し上げます。

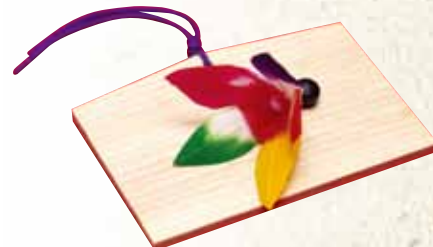


新年のご挨拶

副院長兼看護部長
中森 えり

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

ついこの間21世紀を迎えたような気がしていましたが、もう2000年代も10年目となりました。この10年で社会・経済の状況は大きく変化しました。一昨年からの世界的な金融危機は様々な分野に影響を及ぼしています。また日本の高齢化・少子化はいつそう進み、これまでの考え方では日本は立ち行かなくなるのではないかと不安もよぎります。年の初めからあまり明るい話題が浮かばないので申し訳ないのですが、もしかしたら実は人々の幸せは「青い鳥」のようにすぐ身近にあるのかもしれない。人生の豊かさや幸せは、すぐそこに冬の陽だまりのようにさやかに私たちが暖めてくれるものなのかもしれないと思う今日この頃です。“もっともっと”を求めることも必要ですが、少しの工夫と知恵で地道に生きていきたいと私は思います。那覇市立病院看護部も、地道に人材を育て患者さん・ご家族と喜びを共にできる看護師を育てていきます。今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。





糖尿病の話

内科 科部長 豊見永 辰美

■ 糖尿病の患者が増え続けている

摂取カロリーの増加と運動不足が相まって、肥満の方が増加し糖尿病患者の数が増加し続けています。

2008年の統計では日本では40歳以上の3人に1人に糖尿病、あるいは糖尿病予備軍の可能性があると報告されています。

また、近年メタボリックシンドロームと言う概念が提唱されていますが、これは1+1+1=5というものです。つまり軽い高血糖、高血圧、脂質異常でも3つ揃うことで、3つが単独で存在する以上の大きな危険因子になるというものです。

このメタボリックシンドロームについても、40歳以上の男性の2人に1人、女性の5人に1人いると予想されています。

■ 糖尿病とは

血液中のブドウ糖を血糖と呼んでいますが、この血糖が高くなる状態が糖尿病です。

糖尿病は一度なってしまうと、残念ながら現在の医療では治すことはできません。食生活、生活習慣を改善することによって適切に血糖コントロールを行い、糖尿病と上手に付き合っていくことが必要になります。

糖尿病は遺伝素因に誘因が加わって発病すると考えられています。誘因には運動不足、食べ過ぎ、肥満、感染症、妊娠、心身のストレス等があります。糖尿病発病後もこれらの誘発創建は血糖コントロールを増悪させる原因となるため十分注意する必要があります。

■ 糖尿病の症状、合併症

糖尿病が発症してもしばらくの間はほとんど自覚症状がないため、健康診断を受診して採血検査をしないと診断されません。この無症状の糖尿病が存在することにより、気づかぬうちに動脈硬化が進展し脳卒中、心筋梗塞

を起こす場合もしばしば認められます。血糖の高い状態が長期に続くと、のどの渇き、多飲、多尿、体重減少などの症状を来しますが、かなり血糖値が高くてもほとんど自覚症状がない人もしばしば見受けられます。

糖尿病を治療する目的は、高血糖の状態が長期に続いていると種々の合併症を併発するため、この合併症を防ぐことにあります。

糖尿病の合併症として、腎臓の障害（腎症）、目の障害（網膜症）、神経の障害（神経症）があり、この3つを3代合併症と呼びます。

腎症は初期には尿中に微量の蛋白を認めるのみですが、尿中に排泄される蛋白量が次第に増加し、最終的には尿毒症となり人工透析を必要とするようになります。

網膜症は、後天的に失明する原因の1位を占めています。神経症の症状として、知覚神経の障害による、手足のしびれ・痛みがあり、夜間に増強する疼痛はしばしば患者さんを悩ませます。また、自律神経の障害による症状として起立性低血圧、下痢、便秘などがあります。

■ 糖尿病の治療法

糖尿病の治療には食事療法、運動療法、薬物療法の3つがあります。

糖尿病は体質が大きく関与していますので、



食事療法がきちんと実行されないと良好なコントロールは望めません。つまり、食事療法が糖尿病治療の要です。

糖尿病食は決して病人食ではなく、健康食と考えられています。それは、カロリーが一定で、糖質、蛋白質、脂質のバランスがとれており、ビタミン、ミネラル、食物繊維、微量元素などが不足しないよう考えられているからです。

食事療法の留意点は、適時に、適量を、バランスよく摂るということにあります。

また、食事療法の工夫として

- ① ゆっくりかめば、腹八分目でも満腹感が得られる。
- ② 6つの表から摂れば、30以上の食品が摂れる。
- ③ 血糖の急激な上昇を防いでくれる食物繊維もたっぷり摂る。

などがあります。

普段私たちが生活する上で、外食は避けられません。

外食時の注意点をあげると

- ① 丼物より定食のほうが栄養のバランスをとりやすい。
- ② 目安量がつかみやすい、食材の形が活かされたメニューを選ぶ。
- ③ 外食では、特に野菜が少ないので家庭で補う。
- ④ 天ぷらやフライなど、油が使われている料理は、高カロリーなのでなるべく控える。もし、食べる場合は衣をとって食べる。
- ⑤ ポケット版の食品交換表や外食ガイドブックなどを携帯し参照する。

などがあります。

次に運動療法についてお話しますと、運動の効果には、血糖が下がる、体重減少、心肺の働きの強化、血圧低下、老化防止、ストレス発散があります。

体を動かすことは良いことなのですが、合併症の程度によっては、運動してはいけない

場合がありますので、運動内容や頻度については主治医と相談されてください。

運動するためのまとまった時間がとれない場合でも、細切れ歩行の効果が証明されています。つまり、30分を1回と10分を3回との運動効果は同じですので、空き時間などを活用して体を動かす工夫を行ってみてください。

■ 自分が主治医

糖尿病のコントロールでは、生活習慣がとても大きな比重を占めます。このため医者が血糖コントロールに介入できることはかなり限定されてきます。

自分が自分の主治医として生活習慣を整え、良好な血糖コントロールを維持できるように努める必要があります。



糖尿病チェック&予防方法

あなたは糖尿病予備軍？

あてはまる項目の点数を合わせてください。

1. 20代前半より体重が10%以上増えている。(2点)
2. 血縁者に糖尿病の人がいる。(3点)
3. 血縁者に肥満、脳卒中、心臓病の人がいる。(1点)
4. 甘い物や砂糖、或いはご飯、めん類などが大好き。(1点)
5. 脂っこいものや脂肪分を好んで食べる。(1点)
6. 食事の時間、回数が不規則、或いは大食いをする。(1点)
8. 運動不足で車に乗ることが多い。(1点)
9. ストレスが多い(せっかち、イライラ)(1点)

合計が8点以上なら要注意! 生活習慣の改善が必要です!

予備軍から糖尿病にならないためには？

- 第一歩はダイエット、体重を標準体重にする。

※【身長(m)×身長(m)×22=標準体重】

- 身長や職業に合った適切なエネルギーをとる。
- 栄養をバランスよくとる。
(緑黄色野菜を十分に、ミネラル・ビタミンを豊富に、糖質、脂肪を減らす)
- かならず3食摂取して間食をさける。
- 習慣づけるためにも、まずは半年間続けることを目標としましょう。
- ストレスは糖尿病の大きな誘因の一つ、お酒やタバコに頼らず、気分転換を図れる趣味をみつけましょう。

病院ボランティアをしてみませんか？

那覇市立病院では、さまざまな専門職と協働して患者さんやご家族にサービスを提供する、パートナーとしてのボランティアを求めています。あなたの微笑みと優しさは、患者さんやご家族に潤いとやすらぎをもたらしてくださることでしょ。

☆ 病院におけるボランティア活動例：

* 患者さん・ご家族への援助：

- ・ 玄関案内、受付案内、検査室等の案内
- ・ 車椅子介助、エレベーター出入り介助
- ・ 自動受付機、支払機の利用介助
- ・ 外国語通訳、手話通訳
- ・ 医療情報コーナーでの患者図書の貸し出し、本の整理
- ・ 小児科病棟での遊び相手、本の読みきかせ



* 手仕事ボランティア：

- ・ 縫製、修理
- ・ 衛生材料作り
- ・ 車椅子の修理

* イベントボランティア：

- ・ 音楽会での演奏等
- ・ ひな祭り、お花見、七夕会、夏祭り、お月見、クリスマス会、音楽会等
- 各種行事の企画、運営、お手伝い

* 園芸ボランティア：

- ・ 患者さんの心とむハーブ園、花壇の手入れ
- ・ 院内各所に飾る切り花を育てる

☆ お問い合わせ先：総合相談センター 098-884-5111 (内線127)



出産体験記

松岡 真弓

10月2日に当科の助産師松岡真弓さんが元気な女の子を出産しました。松岡さんのお産への思いをつづったバースレビューです。

「お産をふりかえてみると貴重な体験だったと思います。お産をする前は不安でいっぱいでした。陣痛が始まってからも不安が頭を離れませんでした。



まつおかなつか



(松岡さんご一家)

そんなとき思い出したのがマタニティヨガの先生が教えてくれた『自分の身体に素直になる』という言葉。焦りと不安で体は疲れておりお産は進んでいませんでした。体に意識を向けると眠たかったので、少し眠らせてもらいました。するといきみたい感じが出てきて、診察後破膜させてもらいました。

それから陣痛は強くなり体が思うままに声を出し、夫、助産師さんのサポートを受けながら出産することができました。助産師さんの献身的な看護、夫のサポートがなければ満足いくお産はできなかったと思います。ありがとうございました。」

★3階西での産後ママたちへのサービス★



3階西産婦人科病棟では、出産直後（カンガルーケア中など）にママと赤ちゃんの写真を撮らせてもらっています。そして、その写真と赤ちゃんの足型をかわいくレイアウトしてプレゼントしています。

(左写真)

また、退院前には『祝い膳』といって普段の食事より豪華なランチも出てきます。

出産という大仕事を終えたママへのちょっとしたプレゼントになりますが、少しでも喜ばれるとスタッフ一同とても嬉しいです。(右写真)



ICU (集中治療室) 紹介



ICU (集中治療室) の紹介

当院ICUは平成16年8月に開設しました。昭和55年5月開院より遅れること24年目の悲願達成となりました。構想24年とはいきませんが、開設準備の段階で「日本集中治療部設置のための指針」(2002年3月)に沿って設計されたとのこと。従来のICUと大きく違う点は病床面積が広がったことです。1ベッドあたりの面積22㎡(従来の基準:15㎡)、個室37㎡(従来20㎡以上)となっています。もちろん広さだけでなく、スタッフの力も備わっています。集中ケア認定看護師2名、3学会合同呼吸療法認定士の資格を持つ者も複数名が所属しています。急性機能不全のある患者さんとそのご家族の不安が少しでも軽減できるような医療・看護を提供していけるよう日々、努力をしております。

ICUの概要

病床数：8床

平均入室日数：5.47日(平成20年度)

年間入室患者数：548人(平成20年度)

治療体制：主治医制をとっているが、当直は麻酔科医6名と救急医1名の計7名で行っている

看護体制：3交代勤務で深夜勤・準夜勤各4名で看護にあたっている



これからの私たち……

ICUでの治療・看護にとどまらず、病院スタッフ全体のレベルアップなど教育面でも貢献できるICUになればと考えています。



医療支援部検査室紹介



医療支援部検査室は “和と奉仕”の精神に基づき、①迅速かつ正確なデータの提供②検査業務の安全性の向上③自己研鑽をモットーに24時間365日体制で業務を行っています。臨床検査技師24、視能訓練士2、事務職員2のスタッフが勤務し、思いやりの精神を大切にしながら患者中心の医療を推進しています。

検査の専門性 日頃からよりよい医療を提供すべく細胞検査士をはじめ、超音波検査士、認定微生物検査技師、感染制御認定微生物検査技師、糖尿病療養士等の認定資格を有し、専門性のある各担当者が検査技術の向上に努めています。

各種検査業務の特色として

- 病理・細胞検査** : 乳腺甲状腺などの穿刺時に細胞検査士が外科や放射線科等外来に出向き臨床側を支援、よりよい標本作りに努めています。
術中迅速病理標本作製、病理診断はより適切な手術に対応し患者の負担軽減に結びついています。
- 血液検査** : 血液内科が設置されているので沖縄全域からの患者さんも多く、骨髓検査は経験豊富な臨床検査技師が担当し細かい説明にも対応しています。
- 細菌・感染症検査** : 急性期医療をかかげる病院として血液培養検査の結果報告やHIV検査をはじめとする感染症検査など24時間対応しています。
- 生化学、輸血検査** : 検査の80%は診察前検査で、より迅速な治療に結びついています。
- 生理検査** : 超音波検査等も可能な限り予約なしで実施、迅速な診療支援をめざしています。

和と奉仕

検査業務の他に、乳腺、糖尿病、感染対策、NSTチーム等に参加、患者さんと共にコミュニケーションの和を広げています。

これからも市立病院検査室は地域連携病院とのコミュニケーションを大切に情報交換を充実させ、常に患者さんのために何が出来るかを最優先に考え、実行していける検査室でありたいと思います。

那覇市立病院では、「セカンドオピニオン」を推進しています！

「セカンドオピニオン」をご存じですか？

たとえば、がんの告知を受けたとき、治療方針を決めるにあたって、主治医とは別の医師の意見を聞くしくみを「セカンドオピニオン」といいます。

それは、「医者をかえる」ことではありません。主治医との良好な関係を保ちながら、複数の医師の意見を聞いたうえで、患者さん自身が判断するためのしくみです。

納得して治療法を選ぶことは、患者さんの持つ基本的な権利です。

「セカンドオピニオン」は、患者さんにとっても医師にとっても、さまざまな利点があります。

「セカンドオピニオン」を受けることで、主治医の方針に納得できれば、現状の治療に安心して取り組めます。別のより良いと思われる治療を選択するチャンスも得られます。

また、病気や治療法に関する患者さんの理解が深まれば、結果的に医師との信頼関係を築くことにもつながります。一方、医師にとっては何かを見落とししたりするリスクを減らし、より良い治療方針を立てることに役立ちます。

まず何をすればいいのでしょうか？

まずは、主治医に申し出ましょう。治療法を決定するのは患者さんご家族であることを医師は十分に認識していますので、「主治医に失礼になるのでは」と思われがちですが、その心配は全くありません。

自分の生命（いのち）や身体（からだ）に関して、少しでも多くの情報を得たいという気持ちはあたりまえのことで、誰も否定はできません。患者さんのことを第一に考える医師は、「セカンドオピニオン」を積極的にお勧めしています。

「セカンドオピニオン」をとるとき、準備すること・注意することはありますか？

- ・ 患者さんの病状を最も良く理解しているのは主治医です。
セカンドオピニオン医に質問する前に、主治医の意見を十分に聞きましょう。
- ・ 紹介状（診療情報提供書）と、検査結果等の情報をもらいましょう。
- ・ 受診前に、受け入れ病院に連絡をして、受診方法や予約の有無、持参する資料、費用等を確認しましょう。
- ・ 病気の経過や聞きたいことをまとめたメモを持参するようにしましょう。



「セカンドオピニオン医」は、どのように探したらいいのでしょうか？

那覇市立病院の「セカンドオピニオン担当医一覧」は、当院のホームページ（<http://www.nch.naha.okinawa.jp/>）に掲載しています。また、沖縄県内の病院の担当医一覧は、「沖縄県がん診療連携協議会」のホームページ（<http://www.okican.jp/>）でもご覧になれます。

「セカンドオピニオン」に関するご相談は、「がん相談支援センター」にお問い合わせください。
「がん相談支援センター」098-884-5111（内線293・280）

開催しました

平成21年度

那覇市立病院 地域医療連携交流会



去る11月19日グランドキャッスル「首里の間」において、当院初の地域の医療機関の方々をご招待しての交流会を開催しました。当院と地域の医療機関の方々や職員との親睦を深める、和やかな時間となりました。

今後も患者さん・ご家族が安心して治療・療養ができるよう、地域医療連携に力を尽くす所存でございますので、ご指導ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。



地域医療連携室

“細胞検査士”ってご存知ですか？



那覇市立病院医療支援部検査室病理 山城 篤

皆さんは「細胞検査士」という職業をご存知ですか？細胞検査士は、がんの検査の中でも細胞検査（細胞診）を担う専門職です。現在、那覇市立病院には私を含めて二人の細胞検査士が所属しております。

細胞検査士の業務は、患者さんから採取した細胞を顕微鏡にて、良い細胞（良性細胞：正常細胞）と悪い細胞（悪性細胞：がん細胞）を区別し、たくさんの細胞の中からわずかながん細胞でも見逃すことなく見つけ出す、このような検査が細胞診、そして細胞診を担う専門資格を有した臨床検査技師が細胞検査士です。

細胞診の特徴は、患者さんの体に痛みなど大きな負担をかけることなく精度の高い検査ができることにあります。例えば、体内から自然に排出される喀痰や尿などの場合は、痛みを感じることはなく、子宮がんの検査でも体の表面を軽くこすって細胞を採取しますが、体を傷つけることはほとんどありません。また、乳腺・甲状腺などでは、注射針と同じ太さの穿刺針を使用するため、最小限の痛みで採取できます。よって、何度でも繰り返すことができ、痛みが少なく、傷を残さない。細胞診は体にやさしい検査です。さらに、集団検診として、一度にたくさんの検査ができることも特徴の一つです。

近年、がんは全国的に増加傾向を示しており、今や、日本人の2人に1人が一生のうちに一度はがんにかかり、3人に1人ががんで亡くなる時代です。それに伴って、医学検査の技術は大きく進歩し、X線や超音波などの画像検査、腫瘍マーカーの免疫学的検査、遺伝子検査など、がんの早期発見に役立つ様々な方法が開発されています。しかし、がんの最終的な診断は、体から採取された細胞あるいは組織を顕微鏡で観察する形態学的検査に委ねられており、その意味でも細胞診ひいては細胞検査士のがん診断に対する役割は重要です。

那覇市立病院は、平成17年に厚生労働省から沖縄県南部医療圏のがん診療連携拠点病院の指定を受けております。がん診療連携拠点病院とは、がん患者の生存率を高める目的で、全国どこでも質の高いがん治療が受けられるように、都道府県や地域内でのがん診療の中心となる施設のことで、その面からみても、細胞検査士の職務は非常に重要になってきます。

私たち細胞検査士は、がん検査の専門職として患者さんの健康と命を守るため、がんの早期発見と正確な診断に貢献すべく、医療の最前線で活躍しています。



献立紹介

行楽弁当

巻き寿司

材料 (1人分)

米飯 220g
 酢 7g (小さじ1 1/2)
 砂糖 3g (小さじ1弱)
 塩 ふたつまみ
 かんぴょう(乾) 4g
 醤油 3g (小さじ1弱)
 本みりん 2g (小さじ1/3)
 きゅうり 20g
 人参 20g
 卵 1/2個
 油 1g (小さじ1/4)

なます

材料 (1人分)

大根 20g
 きゅうり 5g
 人参 5g
 酢 2g (小さじ1/2)
 砂糖 少々

大学芋

材料 (1人分)

さつまいも 60g
 (揚げ油 適量)
 砂糖 2g (小さじ1/2)
 醤油 3g (小さじ1弱)
 黒ごま 少々

梨(100g)
40kcal

なます
11kcal

巻き寿司
480kcal
塩分1.3g

大学芋
390kcal
塩分0.4g



行楽弁当ということで、食べやすさと見栄えを
 考えて『巻き寿司』は
 いかがでしょうか？
 旬の『さつま芋』や『梨』を取り入れ、紅葉に見立
 てて人参入りの
 『なます』も添えています。

また、子供たちが大好きな『ミートボール』と『野菜のケ
 チャップ炒め』を詰めました。



ふれあいポスト

ご意見

医療費の精算時にクレジットカードは使えますか？クレジットカード払いは便利なので導入して欲しいです。

回答

現在、当病院ではクレジットカードでのお支払いは取り扱っておりません。今後クレジットカード払いの需要は増えると考えますので、当病院でもクレジットカード払いが導入できるか検討していく予定です。ご不便をおかけしまして誠に申し訳ありませんでした。

ご意見

エレベーターの動きが遅いです。体調の悪いときは早めに乗りたいたのに、待ち時間が長くて辛いので改善をお願いします。

回答

当病院には人が乗り降りする専用エレベーターと搬送用あるいは作業員や清掃係が乗り降りする専用エレベーターの2種類が存在します。搬送・作業用のエレベーターですと各階段で担架の搬送や荷物のお出し入れが頻繁にありますので、もしこれらのエレベーターを間違えてご使用になれば、待ち時間が長くなる可能性があります。来客用のエレベーターでは、利用者が多いときは、多少の待ち時間はあると思います。遅いという指摘は、当病院が築30年を経過しており、施設の構造上、改善が難しいところです。ご理解を宜しくお願い致します。なお、人を安全に運ぶ為、定期的な点検はしっかりと行っておりますので安心してお乗り下さい。

ふれあいポストとは

当院では、院内各所にふれあいポストを設置することにより、病院を利用される方々から病院に対する意見・希望・苦情等を収集し、患者満足度調査アンケートにも協力頂いております。これを基に当院では患者サービスの向上に役立てます。

登録医紹介 当院と連携している登録医を紹介しています。



医療法人 一向会
かず整形外科クリニック
KAZU ORTHOPAEDIC CLINIC



院長
垣花 浩一

心が触れ合う癒しの場をめざして

当院は、心の触れ合いを何よりも大切にしたいと思えます。
来院された皆様が、安心して治療を受けられる環境づくりに励み、ただ病を治すのではなく、健康を守るためのクリニックをめざしております。
地域の皆さまと共に喜び、また未永く愛されるように、スタッフ一同、努力していく所存ですので、どうぞよろしくお願い致します。

診療内容
■ 整形外科 ■ リハビリテーション科

診療時間

時間	曜日	月	火	水	木	金	土	日
午前9:00~12:00		○	○	○	○	○	○	休診
午後2:00~6:00		○	○	○	休診	○	5時まで	休診

※休診日▶日曜日・祝祭日・木曜日午後

〒902-0071
那覇市繁多川3-7-8
TEL.098-885-0003
FAX.098-885-0050



しらかわ内科



院長
新垣 民樹

地域に根ざした
在宅医療を
目指しています。



診療時間

時間	曜日	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30		○	○	○	○	○	○
午後 2:00~6:00		○	○	○	往診	○	往診

〒903-0126 西原町棚原248-1
TEL:098-944-3550 FAX:098-944-3551



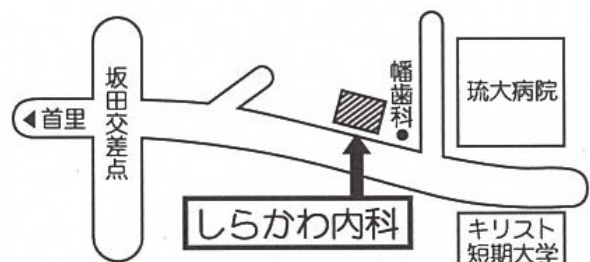
〈スタッフ〉



〈診察室〉



〈点滴室〉



当院は病診連携を一層推進するために登録医制を設けております。
 オープンシステムも備えていますのでぜひご利用下さい。
 お問い合わせは地域医療連携室まで！ TEL 098-884-5134(直通)



医療法人 五色会 **かじまやークリニック** 院長 山里 将進

【診療科目】

内科全般、小児科、リハビリテーション科、在宅医療

【診療時間】

外来	月	火	水	木	金	土
9:15~12:00	○	/	○	/	/	○
在宅医療	月	火	水	木	金	土
9:15~12:00	/	○	/	○	○	/
14:00~18:00	○	○	○	/	○	/



「長く住み慣れた家で日常生活を過ごしたい」という皆様のニーズに応える為、当クリニックでは「在宅医療」に力を入れており、通院が困難な患者様を対象に「訪問診療」「往診」を行っており、ご自宅でも一般的な処置・検査も可能です。

地域の身近な「かかりつけ医」として「24時間365日の安心ネットワーク」を目指し、皆様のご自宅での療養生活を快適に過ごす為のお手伝いを致します。



浦添市前田997番地
 TEL(098)871-0818 FAX(098)871-0820
<http://www.kajimaya.or.jp>



医療法人 愛和会 **あいわクリニック**



診療科目 内科・小児科・リハビリ科(在宅医療支援診療所)

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:30	○	○	○	○	○	○
午後 13:30~17:30	○	○	/	○	○	/

休診日 水曜日午後/土曜日午後/日曜日/祝祭日



〒903-0115 西原町字池田766番地2
 TEL : 098-946-5558
 FAX : 098-946-7430



外来担当医師表

地方独立行政法人

那覇市立病院

〒902-8511 沖縄県那覇市古島2丁目31番地1
TEL 098-884-5111(代)

科名	診療	月	火	水	木	金	受付時間・特殊外来等		
内科	午前	総合初診	村方 健治 旭 朝弘 座間味 亮 照喜名 重一	喜屋武 幸男 上原 圭太 照喜名 重一	仲地 紀哉 宮良 用一郎 大平 哲也	照喜名 重一 宮里 賢 馬淵 仁志	豊見山 良作 内原 潤之介 石野 理恵	<p>※総合初診・予約外の患者さんは診療予定人数に達し次第受付を終了します。</p> <p>【肝臓専門外来】 毎週月・木曜日 8:45~11:00 担当医：宮里 賢</p> <p>【循環器専門外来】 毎週水曜日 8:45~11:00 担当医：比嘉 南夫 毎週水曜日 13:00~16:00 担当医：崎原 永啓 毎週金曜日 8:45~11:00 担当医：旭 朝弘</p> <p>【神経専門外来】 毎週木曜日 8:45~11:00 担当医：小林 奏</p> <p>【禁煙外来】 毎週木曜日 13:00~16:00 担当医：照喜名 重一</p> <p>〔予約再来における主な担当分野〕</p> <p>呼吸器：喜屋武・知花・照喜名 消化器：島尻・仲地・豊見山・宮里・金城 循環器：崎原・田端・比嘉・旭・眞志取 腎臓・透析・膠原病：宮良・糸数 血液：新垣・内原 糖尿病・内分泌：豊見永・平良 神経：小林</p> <p>※同一診察室で午前、午後の担当医が異なる場合は原則として午後1時をその区切りとします。</p>	
		再来	一診	知花 なおみ	小林 奏		神経外来		喜屋武 幸男
			二診	眞志取 多美	糸数 昌悦	崎原 永啓	島尻 博人		崎原 永啓
			三診	崎原 永啓	平良 剛	新垣 均	平良 剛		仲地 紀哉
			五診	宮里 賢	内原 潤之介	豊見永 辰美	田端 一彦		照喜名 重一
			六診	豊見永 辰美		循環器外来	宮良 忠		循環器外来
	午後	総合初診	比嘉 南夫 宮良 用一郎 金城 譲	新垣 均 宮良 用一郎 大平 哲也	照喜名 重一 村方 健治 座間味 亮	眞志取 多美 宮良 用一郎 上原 圭太	比嘉 南夫 新垣 洋平 馬淵 仁志		
		再来	一診	喜屋武 幸男	知花 なおみ	島尻 博人			新垣 均
			二診	豊見山 良作		循環器外来	糸数 昌悦		崎原 永啓
			三診	平良 剛	宮良 忠	旭 朝弘	金城 譲		仲地 紀哉
			五診	田端 一彦	照喜名 重一	田端 一彦	禁煙外来		照喜名 重一
			六診	内原 潤之介	崎原 永啓	平良 剛			豊見永 辰美
小児科	午前	一診	知念 正夫	屋良 朝雄	伊波 徹	渡久地 鈴香	知念 正夫	<p>毎週、担当医の変更あり</p> <p>【乳児検診】月・木・金 (受付時間) 12:30~13:00 (診察時間) 13:00~14:00</p> <p>【予防接種】月・木・金 (受付時間) 13:30~16:00 (診察時間) 14:00~17:00</p> <p>ただし、任意の予防接種は木曜日のみ。(要予約)</p> <p>【小児神経外来】 水曜日午後のみ。(予約制) (第1・3・5:城間 直秀)(第2・4:嶺間 博隆)</p> <p>■印は、予約・紹介状のある患者さんのみの受付となります。</p>	
		二診	渡久地 鈴香	上原 朋子	神谷 素子	大城 征	新垣 洋平		
		三診	新垣 洋平	古波蔵 都秋	大城 征	今給黎 亮	桃原 由二		
	午後	一般診療	神谷 素子	知念 正夫	■知念 正夫	屋良 朝雄	屋良 朝雄		
		乳健・予防接種	桃原 由二	大城 征		新垣 洋平	上原 朋子		
		特診	【遺伝相談】	屋良 朝雄			上原 朋子		神谷 素子
			【遺伝相談】	成富 研二	神谷 素子	【心エコー】	伊波 徹		伊波 徹
					【心エコー】	伊波 徹			
				【未熟児】	【内分泌】	【心エコー】	【循環器】		
			神谷 素子	渡久地 鈴香	伊波 徹	伊波 徹			
			伊波 徹	【神経外来】					
	外科	午前		宮里 浩	山城 和也	久高 弘志	久高 弘志		大城 健誠
				山里 将仁	宮里 浩	上原 忠司	伊良波 牧子		
					伊良波 牧子				
午後			大城 健誠	川野 幸志	比嘉 宇郎	久高 弘志	山城 和也		
			上原 忠司	友利 寛文	高洲 享	山里 将仁	永吉 盛司		
				第2・第4火曜日緩和ケア外来		友利 寛文			
整形外科	午前	初診	仲宗根 朝洋	大城 互	紹介状持参の方のみ・屋良	玉城 一	紹介状持参の方のみ・外間	<p>※初診・予約外の患者さんは診療予定人数に達し次第受付を終了します。</p> <p>脊椎外来：月(屋良)、金(仲宗根)</p> <p>手の外科外来：火(外間)</p> <p>リウマチ外来：水(玉城)</p> <p>スポーツ外科外来：水(午後)・木(午前)(玉城)</p> <p>水曜日と金曜日の午前の初診は紹介状持参の方のみ</p>	
		再来	屋良 哲也	外間 浩	玉城 一	大城 互	仲宗根 朝洋		
			勢理客 久	山川 慶	岳原 吾一	福田 望	勢理客 久		
	午後	初診	勢理客 久	山川 慶	福田・山川(交替)	福田 望	岳原 吾一		
		再来	屋良 哲也	外間 浩	玉城 一	大城 互	仲宗根 朝洋		
					岳原 吾一				
産婦人科	午前	新田(産科)	池宮城(産科)	渡嘉敷(産科)	池宮城(産科)	新田(産科)	【母親学級】第1水曜日 13:30~16:00		
	午後	當間(婦人科)	渡嘉敷(婦人科)	池宮城(婦人科)	新田(婦人科)	當間(婦人科)			
脳神経外科	午前	豊見山 直樹	豊見山 直樹	手術	百次 仁	百次 仁	午前 受付時間 8:30~11:00、診察時間 8:45~12:00 午後 受付時間13:30~15:30、診察時間14:00~16:30		
	午後	島袋 洋	百次 仁	手術	豊見山 直樹	百次 仁			
皮膚科	午前	新垣 肇	新嘉喜 長	新嘉喜 長	新垣 肇	新嘉喜 長	■印は、予約患者のみの受付となります。		
	午後	外来手術	新垣 肇	外来手術	新垣 肇	新嘉喜 長			
眼科	午前	今泉 綾子	手術	今泉 綾子	手術	※早坂 香恵	完全予約制です。(緊急患者は随時診察いたします。) 眼科外来の初診は、紹介状のある患者さんのみ受付いたします。 ※未熟児診療		
	午後	早坂 香恵	手術	早坂 香恵	手術	特殊検査・治療のみ			
泌尿器科	午前	杠葉 美樹	山城 清治	呉屋 真人	山城 清治	呉屋 真人	(月~金曜日) 日帰り・結石破碎手術 ・前立腺針生検行っています。 *印は結石破碎手術のみ		
	午後	呉屋 真人	松村 英理	山城 清治	杠葉 美樹	嘉手川 豪心			
耳鼻咽喉科	午前	神谷 義雅	■嘉数 光雄	神谷 義雅	■嘉数 光雄	嘉数 光雄	※初診・予約外の患者さんは診療予定人数に達し次第受付を終了します。 ■印は、予約患者のみの受付となります。 *月曜日午後(第1月曜日:嘉数 光雄)(第2・3・4月曜日:新濱 明彦)		
	午後	*嘉数 光雄 *新濱 明彦	■嘉数 光雄	■嘉数 光雄	■神谷 義雅 ■嘉数 光雄	■嘉数 光雄			
精神科	午前	小林 敬	屋宜 盛秀	*名古屋 和香	屋宜 盛秀		完全予約制です。 現在、新患の受付はしていません。ただし、緊急患者は診療します。 *第4水曜日は、屋宜盛秀が診療します。		
	午後			*名古屋 和香					
放射線科	午前	足立 源樹	足立 源樹	足立 源樹		足立 源樹	完全予約制です。(新患のみ) 午前中のみ診療いたします。		
	午後								
歯科口腔外科	一診	仲宗根 康雄	仲宗根 康雄	仲宗根 康雄	手術	仲宗根 康雄	歯科外来の初診は、紹介状のある患者さんのみ受付いたします。 午後の診療は予約患者のみの受付となります。(緊急患者は随時)		
	二診	津波古 判	津波古 判	津波古 判	立津 政晴	津波古 判			
リハビリテーション科	午前						外来診療：金曜日 13:00~17:00 (第4金曜日は休診) 運動療法：月~金曜日 8:45~17:00		
	午後					外間 浩			
救急		濱田 賢治 ・ 寺田泰蔵 (但し、必要に応じて各専門診療科へつなぐ)					8:30~17:00		

*土・日曜日、祝日、慰霊の日、年末年始は急病センターにて終日診療
*手話通訳を希望される方は予約が必要となります。事前に医療福祉相談室にご連絡ください。医療福祉相談室(内線127)