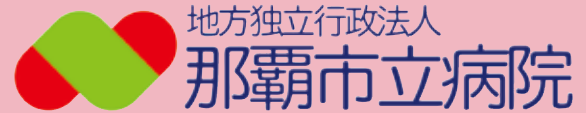


梯子はし

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/>



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。

患者さんの権利

- ・だれでも人権が尊重され良質な医療を公平に受ける権利を持っています。
- ・病気、検査、治療などについて、理解しやすい言葉や方法で十分な説明を受ける権利があります。
- ・十分な説明を受けた上で、治療方法などを自分の意志で選択する権利があります。
- ・診療の過程で得られた個人情報は守られ、プライバシーは可能な限り尊重されます。
- ・自分の診療記録情報の開示を求めることができます。

患者さんの責務

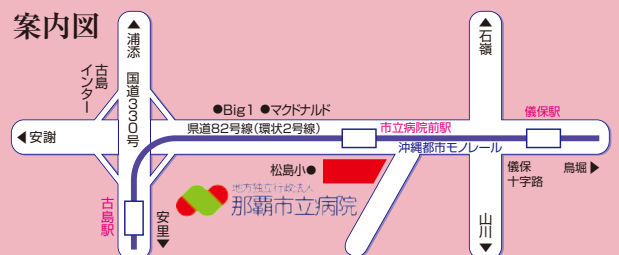
患者さんに守って頂きたいこと

- ・自分の健康に関する情報をできるだけ正確に医療従事者に伝えてください。
- ・説明を受けてもよく理解できなかったことについて、理解できるまで質問してください。
- ・すべての患者さんが適切な医療を受けられるように、他の患者さんの診療などに支障を与えないよう努めてください。
- ・病院の規則や指示は守ってください。
- ・診療などにかかる医療費を遅滞なくお支払いください。医療費に関して疑問や相談がありましたら、総合相談センター窓口へご遠慮なくお申し出ください。

CONTENTS

年頭の挨拶	2
不整脈診療はじめました	4
部署紹介/総合相談センター	6
病棟紹介/2階東病棟	7
出産体験記	8
那覇市立病院から情報発信	9
クリスマスコンサート2011	10
信友会(乳がん患者会)	11
第3回地域医療支援病院運営委員会報告	12
メディカルレシピ	13
ふれあいポスト/沖縄の日本復帰40年	14
登録医紹介	15

案内図



年頭の挨拶



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。

平成24年を迎えるにあたり、一言ご挨拶申し上げます。

当院は、平成20年に「地方独立行政法人 那覇市立病院」として再出発して以来、今年3月に一期目・4年を終えることとなります。那覇市長より指示された4年間の「中期目標」を受けた「中期計画」も順調に推移しており、本年4月には二期目・次の4年間の中期計画をたてることが出来そうです。

那覇市立病院は、「和と奉仕」の理念のもと那覇市民に必要とされる公的病院を目指して努めて参りました。

また医療の安全と質向上への努力の結果、「医療機能評価認定病院」、「がん診療連携拠点病院」、「臨床研修指定病院」に指定され、念願であった「地域医療支援病院」の名称も許されました。真に那覇市の中核病院となれたことは全職員にとってなによりの励ましと喜びであります。これもご支援いただいた皆様のおかげであると深く感謝申し上げます。

平成24年が皆様にとって良い年でありますように祈念してやみません。



副院長 兼 診療部長 久高 弘志

明けましておめでとうございます

昨年は、3月11日に東日本大震災があり、阪神淡路大震災以上の衝撃を受けました。希望者が多いなかで、当院からも4人医師や職員がボランティアとして被災地の医療活動を行いました。これらを教訓とし那覇市も、那覇市立病院、消防隊、赤十字病院などが参加した、地震や津波を想定した大規模な防災訓練が行われました。災害時には病院の役割が非常に大きいと感じています。

震災の影響だけでなく、いま日本全体が制度疲労をおこしているように思えます、戦後60年以上前につくりあげられた体制が国内外の環境の変化に対応できずにいます。当院も独立行政法人化して変革を行ってまいりましたが、今後も変化を恐れず、勇気を持って改革を続けていきたいと思っております。東北の早い復興を心より祈念いたします。



副院長 兼 医療支援部長 照喜名 重一

北の国では、いつにも増して苛酷な新年を迎えており、それを想うとチムグクルも穏やかならんものがあります。しかし、あえて謹賀新年です。さて、被災地報告でわかったこと。あの過疎地において、細々と残っていた個々の人達の「絆」が命を支え、生きる力を鼓舞したこと。初動の支援が期待された市立病院や役所が破壊されてしまうと組織的な支援体制がほとんど取れなかったこと。しかし組織内の個々人の連帯感や他との連携ネットワークが有効に働いたことなどです。地域との連携を宗とする地域医療「支援」病院で働く私たちは、大震災が明らかにした、これら諸もろの課題を見すえながら、今年も職責を果たしていきたいと思えます。



副院長 島袋 洋

辰年、龍年、立つ年を飛躍の年にするのも自分次第だと、幼い頃から言われ続けてきました。ピョンと跳ねる年に生まれ、次の年は龍のように舞うのだと。

皆様、明けましておめでとうございます。世の中には、目に見えない法則が厳然と存在しているようです。今日が明日になるだけで、即ち12月31日が1月1日に変わるだけで、黙っていても新年という法則があるようです。しかし、時は誰にも見えません。唯々時が一条に流れて行くのです。職場に、世の中に貢献するには、戦略や組織・人事も大切ですが、最後は目には見えない「心」にあると思います。「神仏がいらっしゃったら、どのような心掛けなら、喜んでもらえるか」を基準にして行動したいものです。

皆様、今年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



副院長 兼 看護部長 中森 えり

昨年はずらい1年でありました。多くの尊い命が犠牲になった東日本大震災と続く原発事故・・・今なお多くの人々が苦しい生活をおくっておられます。それでも、また朝は必ず明けます。新しい年もまた・・・美しい日の出とともに。「人は心の中に人格という龍を持っている。龍は経験を食べて大きくなる。」昨年来日されたブータン国王が被災地の子供たちに語りかけられた言葉です。たとえ言語が違って魂の奥に届く言葉の力があります。今年も辰年、干支は龍です。恐ろしい伝説上の生き物というイメージがありますが、今の日本人には一番必要なものかもしれません。心に龍を育て、どんな困難にも立ち向かってまいりましょう。今年もどうぞよろしくお願い申し上げます。



事務局長 来間 淳

新年、明けましておめでとうございます。

昨年は沖縄、日本、世界と大きな出来事が続き激動の年となりましたが、那覇市立病院にとっても独法化4年目で第1次中期計画が終了する年度ということで、真価を問われた年でもありました。

今年の4月からは4年間の第2次中期計画がスタートしますが、市民の皆様が満足できる医療をめざして、救急医療、高度医療、がん医療等をはじめとする様々な課題に積極的に取り組んでいく必要があります。

そのためにも、日頃から那覇市立病院を支えていただいている地域の病院、診療所の皆様との絆を深め、地域医療を充実させていく1年にしたいと思っていますので、よろしくお願いいたします。

不整脈診療はじめました

～診断から治療まで、薬物療法からアブレーションまで～



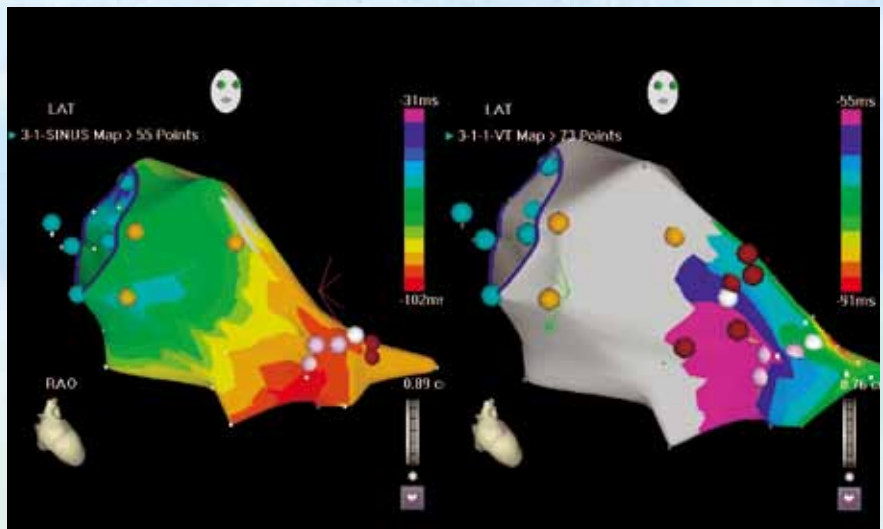
内科科部長 間仁田 守

皆様、はじめまして。

昨年4月より循環器内科で不整脈診療を中心に勤務している間仁田守と申します。

病院内外の先生方からすでに15例ほどの症例をご紹介いただき、カテーテルアブレーション(図1)も始めさせていただいております。

琉球大学を平成6年に卒業後、実家のある群馬に戻り、群馬大学の循環器内科に入局しました。2年間の研修医終了後に不整脈グループに属し、関連病院で不整脈診療を中心に循環器内科診療を行って参りました。平成11年から1年間、台湾のChang Guang Memorial Hospitalで約450例のアブレーションを経験させていただきました。



【図1】

昨年3月末に妻(具志川んちゆ)と子供らに連れられて、戻って参りました。

自分の診療のモットーは、エビデンスに基づいた愛のある医療を提供することです。

不整脈診療の基本はいかに安全(死なせない)に行うかが、最も大事なことだと考えています。

循環器の医師ですら不整脈は難しいと感じていますが、私も同様です。

上室性/心室性期外収縮・発作性上室性頻拍症・心房細動・心室頻拍・心室細動蘇生後と紹介していただき、毎日悩みながら診療を行っているのが実情です。

私の不整脈診療で行っていることを少しだけお話いたします。

「不整脈はおまけ」で他の疾患が隠れていないかを鑑別することが最も重要と考え、血液生化学検査、甲状腺機能、心エコーを施行いたします。必要に応じ、運動負荷試験や、ホルター心電図を施行します。抗不整脈薬を選択する際に心機能は最も重要であります。また、虚血性心疾患の鑑別も重要です。

心臓血管研究所の山下武志先生は著書である「心房細動に出会ったら」の中で「心房細動は見ない」と、大胆に述べていましたが、まさにその通りだと共感しています。

心房細動では多くの大規模試験でリズムコントロールとレートコントロールでの予後に差は認めず、

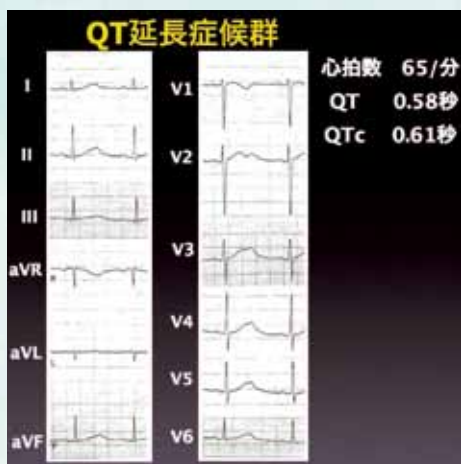


【図2】

最も重要なことは血栓塞栓症の予防であることは明らかです。ダビガトランも処方可能ではありますが、ワーファリンと比べまだ本当に安全に使用できるかが不透明であると考えています。いずれにしてもガイドラインでも抗凝固療法を行う必要があるかリスクの層別化を行いCHADS2スコア(図2)(Congestive heart failure(1点)、Hypertension(1点)、Age>75歳(1点)、Diabetes(1点)、Stroke(2点))で1点以上は抗凝固療法を考慮してもよく、2点以上は抗凝固療法を行わなければなりません。

心房細動に対するアブレーション(拡大両側肺動脈隔離術)も成績が向上し、1剤の抗不整脈薬で効果に乏しければ選択肢の一つであると考えます。

もう1つの大きなテーマは心臓突然死の予防です。



【図4】

個人的には失神歴無く、突然死の家族歴も無い患者にもサンリズム負荷試験のみ施行し、Coved型になった場合にはより注意を促しています。

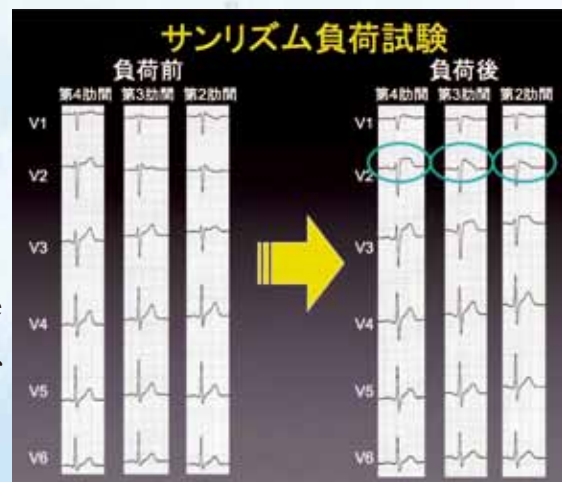
QT延長症候群(図4)は無症状でも産褥期にエピソードが多いことが報告されており、フォローアップが必要であると考えます。

最近では早期再分極症候群/J波症候群(図5)という疾患概念も提唱され、特発性心室細動との関連性を示す報告が散見されるようになってきました。

徒然と書いてきましたが、すべてに共通することは安全に治療することだと考えています。

不整脈で困ったら、外来(火曜/午前あるいは金曜/午後)を受診していただければ、アブレーションや薬物療法等適切にマネージメントを行いたいと思います。

どうぞよろしくお願いいたします。



【図3】

ほとんどの内科医が日々診察している糖尿病、高血圧、脂質異常、慢性腎臓病(CKD)、慢性閉塞性肺疾患(COPD)等の患者は皆、心血管疾患の危険性が高く、冠動脈の評価と積極的な一次予防を考慮することが、突然患者を失うことを防ぎます。

その他、Brugada症候群(図3)、QT延長症候群も時々健康診断の心電図で認められます。

現在ではCoved型ST上昇を示すものが典型的なBrugada型心電図であり、ピルジカイニドの投与にてSaddle-back型からCoved型に移行するものもあるため、

個人的には失神歴無く、突然死の家族歴も無い患者に



【図5】

総合相談センター (医療福祉相談室・がん相談支援センター)

総合相談センター長 樋口美智子

病気やけがをされると、治療のことのみならず、医療費のこと、仕事のこと、家族のこと、様々な心配事が生じます。例えば、生活が苦しく医療費が支払えない、病気のため仕事ができない、体が不自由になってこれまで通りの生活ができない、寝たきりや認知症のお年寄りを家で看る人がいないなど、患者さんやご家族だけではどのように対応したら良いかわからないことが多いものです。

また、医療保険・介護保険制度、社会福祉・年金制度などは、病気やけがをして自らがサービスを利用する立場として初めて出会い、その申請方法や利用の仕方に戸惑いを感じる方がほとんどです。

医療ソーシャルワーカーは、そのような患者さんやご家族の不安をできるだけ軽減し、安心して治療に専念できるよう、患者さんやご家族からのご相談をお受けしています。また医療チームの一員として医師や看護師その他の専門職と一緒に話し合いを持ちながら支援する社会福祉の専門職です。社会福祉系大学の専門教育を修了した後、社会福祉士や精神保健福祉士等の国家資格を取得しています。

患者さんやご家族が、家庭人として、また社会人として、早く家庭復帰や社会復帰できるよう、患者さんの権利を擁護し、福祉的な視点から支援するよう心がけています。相談は、医師・看護師・その他の医療スタッフや地域の関係機関と連携しながら行います。

地域がん診療連携拠点病院の指定要件である「がん相談支援センター」が平成17年当院に設置されたことで、がんに関する相談体制を強化しました。がん相談支援センターでは、当院の患者さんに限らず、広く住民の方からの電話相談や情報提供を行っています。また、患者サロンの開催や各患者会運営のサポートも行っていますので、同じ病気の方の経験を聞きたい、支え合う仲間が欲しい等がありましたら、お気軽にご相談ください。

電話：884-5111 (内線280)



医療ソーシャルワーカー (社会福祉士・精神保健福祉士)



プライバシーに配慮した個室での相談



退院準備のため患者さん・ご家族、訪問診療医・看護師と一緒に話し合い

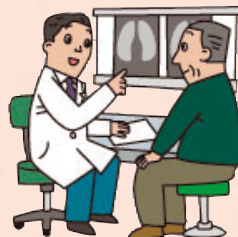


患者サロン (毎月第3水曜日13:30~15:00)

2階東病棟紹介



病棟師長 高江洲和代



2階東病棟は外科病棟です。外科は主に手術を行って治療することを目的とした診療科です。具体的な疾患としては、甲状腺がん、乳がん、肺がん、食道がん、胃がん、肝がん、膵がん、大腸がん（ストーマ造設）、胆石、虫垂炎、小児のヘルニア・漏斗胸等があります。

入院病床は48床あり、手術、化学療法、放射線治療、緩和治療を目的とした患者さんが入院しています。職員は外科医12名と研修医5名、看護師32名、看護助手4名、病棟クラーク1名で構成しています。その他病棟担当医療ソーシャルワーカー1名・病棟担当薬剤師1名がおり、全員がチームとして治療、看護等を行っています。また、疼痛緩和認定看護師1名、リンパ浮腫指導療養士2名がおり、疼痛緩和やリンパ浮腫の軽減といった緩和治療に取り組んでいます。



病棟には医師や看護師以外にも緩和ケアチーム、栄養サポートチーム、呼吸ケアチームが介入しています。患者さんの個々にあったケアを提供し、安心して入院生活を過ごせるようサポートしています。また、ストーマケア外来、リンパ浮腫外来、点滴センター（化学療法）等と、継続した医療が提供できるよう連携を図っています。



昨年度より、地域連携5大がんパスを使用し、地域のクリニック等と連携し患者さんの治療経過がスムーズに把握でき、治療が行えるよう取り組んでいます。

当院は24時間・365日救急の患者さんを受け入れており、当病棟も常に救急患者の受け入れを心がけています。緊急手術への対応や外科のみならず内科や整形外科等の患者さんを受入れ、救急病院としての役割を担っています。「和と奉仕」の理念に基づき、医療を提供できるよう取り組んでいます。

*ストーマとは、人工肛門のこと

当院におけるがん部位別 手術件数ランキング

(H23.4~H23.12)

第1位	乳房	70件
第2位	膀胱	44件
第3位	甲状腺	33件

出産体験記



長嶺将人さん 心花(ここな)ちゃん

平成23年10月7日、午後4時25分、私たちの娘が誕生しました。

身長47cm、体重2,280g。

名前は、いつも私たち家族の心を癒す花のようにすくすくと育ててほしいという願いをこめて、心花(ここな)と名付けました。

出産場所は、私が当院の事務職、妻が看護師ということもあり、初めから那覇市立病院で出産しようかと話していました。

妊娠37週目の妊婦健診のとき、健診を終えた妻が少し深刻そうな顔で総合受付に私を呼び出しました。健診で「妊娠高血圧で母体に負担がかかっているため、今週末から入院してそのまま陣痛促進剤を使って産みましょう」という話があったとのこと。入院日は10月7日で出産予定日は10月25日。予定より18日早い入院、陣痛促進剤の使用に妻は少し戸惑っている様子でした。

私は入院日に年休をもらい、1日妻に付き添いました。

入院当日、産婦人科病棟に上がると早速、陣痛室へ案内されました。陣痛室では看護師長さんやスタッフが気軽に声を掛けてくださり、妻も心強かったと思います。

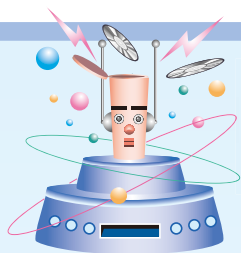


陣痛促進剤は11時頃から開始し、開始後1時間位すると微弱的な陣痛が始まりました。モニターの波形が波を打つのに合わせ、定期的な痛みがあり、その間隔が徐々に短くなって、5分に1回くらいの間隔になったときに妻がおう吐を繰り返すようになりまし。看護師さんが処置をするので、廊下で待っていてくださいとのこと。私が廊下で待っていると、先生や看護師さんが次々と陣痛室の中に入っていきます。私がまだかな、とドアを開けるとそこには誰もいません。まさか?!と思い分娩室へ向かう廊下を行き、中を覗いてみると、妻が分娩台の上で仰向けになり看護師さんの声が聞こえます。「全開です。頭が見えています。」私は用意していたビデオカメラと三脚を用意する間もなく看護師さんに呼び止められて、「ご主人さんは奥さんの側で手を握っててください」とのこと。私は妻の手を握り、先生や看護師さんの手の動きや声に耳を傾けました。「頭が見えていますよ。頑張ってください。」妻が3回いきんだ時、赤ちゃんはすずりと出てきました。外来の診察中だった主治医の先生も分娩室に駆けつけてくださり、看護師長さんや多くのスタッフに見守られながらの出産になりました。

この貴重な出産に立ち会っていただいたこと、那覇市立病院で出産させていただいたことに本当に感謝しています。出産に関わってくれた先生方やスタッフの皆様、本当にありがとうございました。父親としてこれから少しずつ成長していきたいと思えます。まだまだ未熟な私たちですが、これからもご指導ご鞭撻の程宜しくお願いします。

この貴重な出産に立ち会っていただいたこと、那覇市立病院で出産させていただいたことに本当に感謝しています。出産に関わってくれた先生方やスタッフの皆様、本当にありがとうございました。父親としてこれから少しずつ成長していきたいと思えます。まだまだ未熟な私たちですが、これからもご指導ご鞭撻の程宜しくお願いします。





那覇市立病院から情報発信!

経営企画室 企画グループ 黒崎 浩史

当院では情報発信の新しいツールとして、

Facebookやラジオ番組を始めています。

悲しいことにまだまだ認知されていない様子ですので、誌面を借りてご紹介いたします。

Facebook **那覇市立病院・臨床研修** みんながいいねといっています

名前ぐらい聞いたことがある方も、個人で行っている方もいると思いますが、世界最大手のSNS (ソーシャル・ネットワーキング・サービス) です。世界に8億人の会員を有し、国内では500万人が登録会員となっています (平成23年12月現在)。他のSNSと大きな違いは、実名登録を原則としている点です。

さて、当院のFacebookでは、「臨床研修」に関する情報を発信しています。

臨床研修医がどのような教育研修プログラムを受けているか、参加している病院イベント・取り組みなどを研修医の生の声を交えて発信しています。

Facebookを登録されていない方でも閲覧することができますので、是非ご覧になってください。

Web



ラジオ番組 **「カーリー・オブ・ライフ」シーズン2**

平成22年4月から12月まで行っていたラジオ番組を平成23年9月から再開し、毎週月曜17時からFMレキオ (80.6Mhz) にて放送しています。

前回と違うのは、ナント**生放送**でお届けしてることです。インターネットで同時配信もされています。

パーソナリティは、薬剤師・理学療法士・臨床検査技師といったコメディカルスタッフ、事務職・看護師などバラエティ豊かな病院スタッフで構成しています。

医療の現場で、見られない・聞けない情報や、院外の方をゲストで招き、生放送ならではの臨場感溢れる放送をお聞きください。

番組で取り上げてほしいことや、聞きたいこと等番組に対するご意見をお待ちしています。

ご意見・ご感想はFMLEキオまで

Fax 098-865-5600  80.6@fmlequio.com





クリスマスコンサート2011



平成23年12月22日、院内職員による手作りのクリスマスコンサートが行われました。

昼の部は、めばえ保育園の可愛いお子さんたちによるお遊戯があり、会場を笑顔で包みました。また、バレエ教室エムズ・アン・スタジオ(代表森島美奈子先生)のインストラクターの皆さんのご協力による華麗なバレエ、ダンス、美しい歌声に魅了されました。



夜の部では、医師・看護師・コメディカル出演の恒例のクラシック隊、オカリナ隊(喜屋武(きやん)ディーズ)、内科Dr崎原によるカンツォーネ、カーリー三線隊に加え、今回初出場のCHU(ちゅ)KURA(くら)、また、ゲストで出演頂いたハワイアン生演奏によるフラダンスが登場し、内容盛りだくさんで会場を沸かせました。



クラシック隊メンバーが増えました



オカリナ隊パフォーマンスは毎回楽しみ



★★★ 実力派 CHU KURA!



崎原先生の熱唱に患者さん拍手!



ゲスト・アロハコールズのハワイアン演奏



クリスマスにフラダンス、素敵でした

患者さんのアンケートでは、

「病気もふっとびそうで心もうきうきになりました」

「命薬になりました」

「気がめいっていましたがもう少しがんばれそうです」

「起き上がるだけでも苦しそうな母親が1時間もコンサートに見入っている様子にびっくりです。」等々の声をいただきました。

これからも、患者さん、ご家族の気持ちがほっこり和らぐコンサートを職員で作っていきたいと考えます。



ハイサイおじさんは会場を爆笑の渦に

“ひとりじゃないよ!わかり合える仲間がいる!”

平成23年度“信友会”(乳がん患者会)

平成23年11月26日(土)那覇市立病院3階講堂において、乳がん患者会:信友会・乳がん塾が開催されました。

今回は、当院の宮國 孝男:乳腺外科部長に「乳がんについてのお話」、名桜大学教授の出口 宝(でぐち しげる)先生に「健康と食事について」を講演していただきました。

当日は、患者会から40名が参加され、乳がんと食事について学びました。具体的で大変分かり易い内容で、講演後も活発な質疑応答が行われました。

“信友会”は、那覇市立病院に通院されている乳がんの患者さんとそのご家族で構成された患者会です。15年程前にひとりの患者さんが立ち上げ、病院スタッフが運営をサポートしています。乳がんで治療・療養中のみなさん、ぜひご参加ください。お問い合わせは、外科外来または総合相談センターまでお願いします。 電話884-5111(代表)



名桜大学教授:出口 宝先生



那覇市立病院乳腺外科部長:宮國 孝男



会場は超満員!質問も出て活発な会でした。



司会:山内 準子 主任看護師

～第3回地域医療支援病院運営委員会報告～



平成23年11月29日(火)に、当院にて『第3回地域医療支援病院運営委員会』を開催しました。今回新委員として、那覇市消防本部 仲里 仁公 消防長に委嘱状を交付しました。

各委員の皆様からは、当院への活発な意見をいただくことができ、今後も地域医療支援病院として地域の医療機関と連携し、患者さんへより良い医療を提供出来るよう取り組んでいきたいと思ひます。

本年も当地域医療連携室をよろしくお願ひします。



委員から活発な意見



理事長より委嘱状授与



室長より報告



友利隆俊先生

< 新人紹介 >

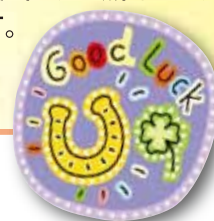
宜しくお願ひします！



平良 真也

12月から、地域医療連携室に来て1カ月が過ぎました。まだまだ仕事を覚えるのに苦戦していますが、周りに助けてもらいなんとか業務をこなしています。

地域医療連携室は人と医療を繋ぐ大切な役割を持つ業務だと考えています。こう見えても今年で26歳なので、若さとやる気で毎日頑張っています。宜しくお願ひします。





《鍋料理が美味しい季節です》

日々栄養相談の場で、生活習慣病が気になる方々とお食事の相談をしていますと、「ダイエットをしていると美味しい料理は我慢しなければならない」という誤解をされている方に出会うことがあります。

栄養士 「鍋料理とかダイエットの時は良いと思いますよ」

患者さん(疑いの眼差し)

栄養士 「鍋料理は・・・」

と日々説明していますが、今回この場を借りましてお話しさせていただきます。

今回、市販の「寄せ鍋セット」と「寄せ鍋スープ」を使って“手軽に鍋料理”を作ってみました。

写真①野菜類(白菜・大根・人参・ネギ・春菊・椎茸・えのきだけ・しらたき)

②たんぱく質食品(豆腐・魚・エビ・カニなど)はそれぞれ「3人分」です。

ポイントは野菜を1人当たり約300gと多めにしました。(1日に必要な野菜の摂取量は350g)

たんぱく質の食品は、寄せ鍋セットにミニ島豆腐1パック(170g)をプラスしました。(豆腐は野菜のように低エネルギーではないので使用量に注意です)



写真①



写真②



《1人分成分》

	エネルギー (Kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	食物繊維 (g)	塩分 (g)
野菜類	64	4.2	0.4	8.4	0.1
たんぱく質食品	164	23.1	6.8	0.3	0.6
市販のスープ	24	2.4	0	0	2.9
主食(ご飯1膳125gで計算)	210	6.3	0.8	0.8	0
合計	462	36.0	8.0	9.5	3.6

同カロリー食品

- ・ポテトチップス(うすしお) 85g 477kcal
- ・ダブルチーズバーガー 1個 481kcal
- ・沖縄そば(三枚肉入り) 1食 489kcal

じっは、鍋料理ってメタボ対策料理なんです!



その理由は

- ① エネルギーが低い(ポイントはたんぱく質食品と主食の量)
- ② 食物繊維が豊富
- ③ 塩分も適量

※鍋にご飯を入れてスープをとると塩分の摂取が増えてしまいますので注意!

寒い季節の夕食に「ヘルシーで心も体も暖まる鍋料理」いかがですか?

ふれあいポスト

ご意見

駐車場の件で改善して欲しい事があります。身障者駐車スペース確保は良いとして、問題はそこに健常者の駐車が多く、身障者が駐車出来ません。守衛さんで管理を徹底して欲しいです。毎回止められなくて困っています。

回答

障害者用駐車場に関して、ご報告します。現在障害者用駐車場の健常者の利用は取り締まっており、出来る限り管理しております(障害者駐車場に常時警備員が立っている訳ではありません)。しかし障害者用ステッカーを貼られていない利用者もあり、実際に止まっている車が健常者の車と見えてしまう事があります。警備員でステッカーを貼るよう指導を行い、それでも付かないので、障害者手帳の確認をすることもあります。駐車スペースが全て埋まった際は大変ご不便をおかけしますが、お待ち頂くようご協力よろしくお願ひします。緊急性の高い場合は警備員に申しつけて頂ければと思います。今後、障害者の方々が利用しやすい環境をご提供出来るよう拡張等に関しては検討してまいります。

ご意見

今回娘が小児科に入院することになって、先生方や看護師の皆さんには言葉では言い表せないくらい感謝しています。娘だけではなく母親の私にも大変良くしてもらいました。ありがとうございました。

回答

お褒めの言葉ありがとうございました。これからも患者さんを大切に質の高い医療サービスが提供できるよう努めてまいります。

ふれあいポストとは

病院に対する意見・要望・苦情の投書箱のことです。当院では院内各所に「ふれあいポスト」を設置し、病院改善や患者サービス向上に努めています。

沖縄の日本復帰40年

ープレイバック1972年ー

パート1

今年2012年は沖縄の日本復帰40年を迎えます。当時の出来事を振り返ってみましょう。



1972年発行 記念切手

- ・沖縄が27年振りに日本復帰。沖縄県の発足。
- ・復帰当時のドル交換 1ドル305円
- ・札幌オリンピック、ミュンヘンオリンピックの開催
- ・ガムで元日本陸軍 横井庄一氏発見。「恥ずかしながら帰って参りました」が流行語
- ・田中角栄内閣発足。「日本列島改造論」がベストセラー
- ・日中国交正常化を記念し、上野動物園に2頭のジャイアントパンダが来園
- ・刑事ドラマ「太陽にほえろ!」、時代劇「必殺仕事人」が放送開始
- ・第23回NHK紅白歌合戦 平均視聴率80.6%
- ・和田アキ子「あの鐘を鳴らすのはあなた」をリリース
- ・西城秀樹、郷ひろみ、荒井由美、チューリップ、アグネスチャン、海援隊などがデビュー

パート2へ続く

■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。

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) FAX:886-5502

名嘉村クリニック

院長 名嘉村 博

【診療科】 内科（高血圧・糖尿病・甲状腺）
呼吸器科（睡眠・呼吸障害）



	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 2:00~5:00	○	○	○	○	○	/

（休診）土曜午後、日祝祭日、年末年始

当院では呼吸器疾患、睡眠・呼吸障害、糖尿病・甲状腺を主な専門とし診療を行っていますが、日常的に発症する風邪や腹痛などの急性期疾患、高血圧・高脂質代謝異常などの生活習慣病についても力をいれ、患者さんの健康状態を総合的に診る事の出来る「かかりつけ医」としての医療を目指しています。

浦添市伊祖4-2-1 電話：870-6600

前田胃腸科医院

院長 前田 憲信

副院長 前田 企能

【診療科】 内科 胃腸科 消化器科 外科



胃腸科・消化器科専門の診療所として胃カメラ・大腸カメラによる検査・治療を行っております。

胃がん・大腸がんの早期発見に尽力するとともに、大腸がんの原因となる大腸ポリープ切除を積極的に行っています。

	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:30	○	○	○	/	○	○
午後 1:30~6:00	○	○	○	/	○	☆

※土曜日午後は 1:30 ~ 4:00まで
（休診日）木曜日、日曜・祝祭日



那覇市三原2-15-12

電話：832-4889



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	金城 謙	喜屋武 幸男	仲地 紀哉	照喜名 重一	内原 潤之介	※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。 【肝臓専門外来】 毎週月・木曜日 8:45~11:00・13:00~16:00担当医：宮里 賢 【循環器専門外来】 毎週水曜日 13:00~16:00 担当医：崎原 永啓 【神経専門外来】 毎週木曜日 8:45~11:00 担当医：小林 奏 【禁煙外来】 毎週木曜日 13:00~16:00 担当医：照喜名 重一 [予約再来における主な担当分野] 呼吸器：喜屋武・知花・照喜名 消化器：島尻・仲地・豊見山・金城 循環器：崎原・田端・比嘉・加・眞志取 腎臓・透析・膠原病：宮良・赤 血液：新垣・内原 糖尿病・内分泌：豊見永・平良 神経：小林 ※火曜日の神経内科は予約の患者さんのみの受付になります。 ■は紹介状持参の患者さんのみの受付になります。 ※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。			
			旭 朝弘	喜瀬 高康	赤嶺 有衣子	上間 貴仁	豊見山 良作				
			丹波 和奈	照喜名 重一	新垣 大智	馬淵 仁志	仲宗根 尚子				
		再来	一診	知花 なおみ	小林 奏	馬淵 仁志	■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		
	午後	総合初診	肝臓外来(宮里)	内原 潤之介	豊見永 辰美	田端 一彦	照喜名 重一				
			比嘉 南夫	新垣 均	照喜名 重一	眞志取 多美	間仁田 守				
			上間 貴仁	佐渡山 伸子	丹波 和奈	岡若 修一	名城 れい子				
		再来	一診	喜屋武 幸男	知花 なおみ	島尻 博人	肝臓外来(宮里)		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 謙		仲地 紀哉		
小児科	午前	一般診療	知念 正夫	屋良 朝雄	上原 朋子	渡久地 鈴香	知念 正夫	毎週、担当医の変更あり 【乳児健診】月・木・金 (受付時間) 12:30~13:00 (診察時間) 13:00~14:00 【予防接種】月・木・金 (受付時間) 14:00~16:00 (診察時間) 14:00~16:00 ★ すべての予防接種は完全予約制になります。 ★ 予防接種は1日8名までの受付になります。(要予約) 【小児神経外来】 月・木曜日午後(予約制) 平山 良道 水曜日午後 (予約制) (第1・3・5:城間 直秀) (第2・4:大見 剛) 【発達・知能検査】 火曜日午後のみ。(予約制) 午後の特診の■印は、予約の患者さんのみの受付になります。 ■印は、予約・紹介状のある患者さんのみの受付となります。 ※ 診療受付時間 午前は11時まで・午後は16時までとなっています。			
			二診	渡久地 鈴香	平山 良道	平山 良道	桃原 由二		上原 朋子		
			三診	古波藏 都秋	島袋 美起子	島袋 美起子	徳永 孝史		徳永 孝史		
		午後	乳健・予防接種	屋良 朝雄	知念 正夫	紹介状持参の方のみ ■知念・古波藏	屋良 朝雄		屋良 朝雄		
			特診	■【遺伝相談】 成富 研二 ■【心エコー】 伊波 徹 ■【神経外来】 平山 良道	■【心エコー】 伊波 徹 ■【発達・知能検査】 田川 友紀子	■【内分分泌】 渡久地 鈴香 ■【神経外来】 城間 直秀 大見 剛	■【心エコー】 伊波 徹 ■【内分分泌】 平山 良道		■【循環器】 伊波 徹 ■【内分分泌】 渡久地 鈴香		
				■【発達・知能検査】 田川 友紀子							
	午後	一般診療	屋良 朝雄	知念 正夫	紹介状持参の方のみ ■知念・古波藏	屋良 朝雄	屋良 朝雄				
			上原 朋子	桃原 由二		古波藏 都秋	桃原 由二				
			島袋 美起子			上原 朋子	古波藏 都秋				
		再来	一診	喜屋武 幸男	知花 なおみ	島尻 博人	肝臓外来(宮里)		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 謙		仲地 紀哉		
外科	午前	初診	宮里 浩	山城 和也	久高 弘志	久高 弘志	金城 泉	乳腺・甲状腺外来:久高弘志・宮国孝男・小野亮子 肝臓・胆嚢・膵臓: 山城 和也 小児外科: 山里将仁 胸部(呼吸器)外科: 上原忠司 消化器外科: 宮里 浩 漢方外来: 友利 寛文 第1・3・5火曜日 14:00~17:00 * 緩和ケア外来: 友利寛文 第2・第4火曜日 14:00~17:00 予約制 ※第4金曜日の山城聡医師の診察は4月からございません。 ■印は、予約・紹介状のある患者さんのみの受付となります。			
			初診:消化器G	初診担当医	宮里 浩	友利 寛文	宮国 孝男				
			小野 亮子	初診:消化器G							
		午後	初診	大城 健誠	比嘉 宇郎	上原 忠司	小野 亮子		大城 健誠		
			初診:消化器G	山里 将仁	■宮国 孝男	山城 和也	初診:消化器G				
			(初診は消化器Gにて対応)	友利 寛文		山里 将仁	(初診は消化器Gにて対応)				
	午後	初診	■宮国 孝男	第2・第4火曜日緩和ケア外来							
			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		
			再来	屋良 哲也	外間 浩	玉城 一	大城 互		仲宗根 朝洋		
		午後	初診	奥間 英一郎	高江洲 美香	岳原 吾一	金城 英雄		高江洲・金城(交替)		
			再来	屋良 哲也	外間 浩	玉城 一	大城 互		仲宗根 朝洋 岳原 吾一		
			初診	渡嘉敷 みどり(産科)	渡嘉敷 みどり(産科)	渡嘉敷 みどり(産科)	池宮城 梢(産科)		池宮城 梢(産科)		
産婦人科	午前	初診	渡嘉敷 みどり(産科)	渡嘉敷 みどり(産科)	渡嘉敷 みどり(産科)	池宮城 梢(産科)	池宮城 梢(産科)	【母親学級】第1水曜日 13:30~16:00 【子宮頸がん予防接種】 毎週木曜日 13:30~16:00 (要予約)			
			當間 敬(婦人科)	平川 誠(婦人科)	池宮城 梢(婦人科)	當間 敬(婦人科)	當間 敬(婦人科)				
			午後	平川 誠	池宮城 梢	當間 敬	平川 誠		渡嘉敷 みどり		
		午後	初診	島袋 洋	百次 仁	※島袋 洋	島袋 洋		百次 仁		
			再来	豊見山 直樹	石川 智司		豊見山 直樹		石川 智司		
			午後	島袋 洋	石川 智司	手術	豊見山 直樹		百次 仁		
	脳神経外科	午前	初診	林 健太郎	新嘉喜 長	新嘉喜 長	林 健太郎		新嘉喜 長	※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。 脊椎外来:月(屋良)、金(仲宗根) 手の外科外来:火(外間)、水(岳原)、木(大城) リウマチ外来:水(玉城)、(岳原) スポーツ外科外来:水(午後)・木(午前)(玉城) 水曜日と金曜日の午前の初診は紹介状持参の方のみの受付となります。	
				新嘉喜 長	林 健太郎	新嘉喜 長	新嘉喜 長		林 健太郎		
				午後	外來手術	林 健太郎	外來手術		林 健太郎		外來手術
			午後	初診	今泉 綾子	早坂 香恵	今泉 綾子		早坂 香恵		野口 宏江
				再来	早坂 香恵	野口 宏江(初再診)	野口 宏江		野口 宏江		野口 宏江
				午後	特殊検査 治療のみ	手術	特殊検査 治療のみ		手術		(特殊検査)
眼科		午前	野口 宏江(初再診)	野口 宏江(初再診)	野口 宏江(初再診)	野口 宏江(初再診)	野口 宏江(初再診)				
			午後	野口 宏江 再診予約のみ		野口 宏江 再診予約のみ					
			初診	宮城 友香	山城 清治	木村 太一	木村 太一	木村 太一			
		午後	再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香	宮城 友香			
			初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄	嘉数 光雄			
			午後	*新濱 明彦	■嘉数 光雄	■近藤 俊輔	■神谷 義雅	■近藤 俊輔			
耳鼻咽喉科	午前	初診	今泉 綾子	早坂 香恵	今泉 綾子	早坂 香恵	野口 宏江	完全予約制です。(緊急患者は随時診察いたします。) 眼科外来の初診は月・火・水・金の午前で、紹介状のある患者さんのみの受付となります。 ※水曜日は院外の紹介状のある患者さんのみ受付です。(午前のみの受付となります)			
			再来	早坂 香恵	野口 宏江(初再診)	野口 宏江	野口 宏江				
			午後	特殊検査 治療のみ	手術	特殊検査 治療のみ	手術		(特殊検査)		
		午後	初診	宮城 友香	山城 清治	木村 太一	木村 太一		木村 太一		
			再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香		宮城 友香		
			初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄		嘉数 光雄		
	精神科	午前	再来	早坂 香恵	野口 宏江(初再診)	野口 宏江	野口 宏江				
			午後	特殊検査 治療のみ	手術	特殊検査 治療のみ	手術		(特殊検査)		
			初診	宮城 友香	山城 清治	木村 太一	木村 太一		木村 太一		
		午後	再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香		宮城 友香		
			初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄		嘉数 光雄		
			午後	*新濱 明彦	■嘉数 光雄	■近藤 俊輔	■神谷 義雅		■近藤 俊輔		
放射線科	午前	初診	宮城 友香	山城 清治	木村 太一	木村 太一	※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、予約患者さんのみの受付となります。 *月曜日午後(第2・4火曜日:新濱 明彦) ※第1・第3・第5曜日の午後は休診となります。				
		再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香		宮城 友香			
		初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄		嘉数 光雄			
	午後	再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香		宮城 友香			
		初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄		嘉数 光雄			
		午後	*新濱 明彦	■嘉数 光雄	■近藤 俊輔	■神谷 義雅		■近藤 俊輔			
歯科口腔外科	午前	初診	宮城 友香	山城 清治	木村 太一	木村 太一		完全予約制です。(新患のみ) 午前中のみ診療いたします。			
		再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香			宮城 友香		
		初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄			嘉数 光雄		
	午後	再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香			宮城 友香		
		初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄			嘉数 光雄		
		午後	*新濱 明彦	■嘉数 光雄	■近藤 俊輔	■神谷 義雅			■近藤 俊輔		
リハビリテーション科	午前	初診	宮城 友香	山城 清治	木村 太一	木村 太一	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。				
		再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香			宮城 友香		
		初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄			嘉数 光雄		
	午後	再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香			宮城 友香		
		初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄			嘉数 光雄		
		午後	*新濱 明彦	■嘉数 光雄	■近藤 俊輔	■神谷 義雅			■近藤 俊輔		
救急	午前	初診	宮城 友香	山城 清治	木村 太一	木村 太一		完全予約制です。 現在、新患の受付はしていません。ただし、緊急患者は随時診察いたします。			
		再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香			宮城 友香		
		初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄			嘉数 光雄		
	午後	再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香			宮城 友香		
		初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄			嘉数 光雄		
		午後	*新濱 明彦	■嘉数 光雄	■近藤 俊輔	■神谷 義雅			■近藤 俊輔		
救急	午前	初診	宮城 友香	山城 清治	木村 太一	木村 太一	完全予約制です。 現在、新患の受付はしていません。ただし、緊急患者は随時診察いたします。				
		再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香			宮城 友香		
		初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄			嘉数 光雄		
	午後	再来	呉屋 真人	呉屋 真人	山城 清治	宮城 友香			宮城 友香		
		初診	神谷 義雅	近藤 俊輔	神谷 義雅	嘉数 光雄			嘉数 光雄		
		午後	*新濱 明彦	■嘉数 光雄	■近藤 俊輔	■神谷 義雅			■近藤 俊輔		

*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)