



結 婚

CONTENTS

2 人間ドックを受けて 健診結果をチェックしましょう！

- 3 脱水症を知って、すぐ対策！
- 4 摂食・嚥下障害ってご存じですか？
- 5 かかりつけ医について
- 6 小禄病院の地域連携室の紹介
- 7 認知症家族向け介護教室を開催します！
- 8 自分の姿勢をセルフチェック！
- 9 祿壽園だより
- 10 栄養科通信
- 11 INFORMATION／求人募集

令和6年

夏
版



理念

医療法人祿壽会は、地域の共有財産です。私たちは常に最善の医療・福祉サービスの提供を中心とした地域の皆様との信頼関係を育み、地域と共に歩む医療機関をめざします。

人間ドックを受けて 健診結果をチェックしましょう！

予防医療推進課

(人間ドック・健康診断・予防接種)



人間ドックは、様々な健康検査が一度に行われるため、身体の各部位や臓器の状態を総合的に評価することができます。これにより、潜在的な疾患や健康リスクを早期に発見し、適切な対策を取ることができます。健康維持や生活習慣の改善に対する意識を高めます。

検査結果を受けて、医師からのアドバイスや指導を受けることで、自身の健康管理に積極的に取り組む姿勢が育まれます。

★特定健診関連項目

検査項目	基準範囲	検査の目的・検査でわかること
血液検査	中性脂肪(トリグリセリド/TG)★	30~149mg/dl 増えすぎは、肥満や脂肪肝、動脈硬化の原因になる。
	HDLコレステロール(HDL-C)★	40mg/dl以上 HDLコレステロールには血管壁に付着したコレステロールを運び去る役割があり、値が低いと脳卒中や心臓病の危険がある。
	LDLコレステロール(LDL-C)★	60~119mg/dl 血液中に増加したLDLコレステロールは血管壁にたまり、動脈硬化(脳卒中や心筋梗塞)を進行させる。
	Non-HDLコレステロール★ (Non-HDL-C)	90~149mg/dl 総コレステロールからHDLコレステロールを引いた値のことである。
	血糖(BS)★	99mg/dl以下(空腹時・随時) 血液中のブドウ糖濃度のことで、増えすぎると糖尿病が疑われる。
	ヘモグロビンA1c(HbA1c)★	5.5%以下 過去1~2ヶ月の平均的な血糖値を調べる。
	赤血球数(RBC)	男: 432~528×10 ⁶ /μl 女: 387~478×10 ⁶ /μl 血液中の赤血球を調べ、貧血などの疑いを検査する。
	白血球数(WBC)	3.1~8.4×10 ³ /μl 病原体などを撃退する白血球は、体内に炎症などがあると数が増える。
	ヘマトクリット(Ht)	男: 40.8~47.9% 女: 36.3~43.3% 血液中に含まれる血球の割合を調べ、貧血をチェックする。
	ヘモグロビン(血色素、Hb)★	男: 13.1~16.3g/dl 女: 12.1~14.5g/dl 赤血球にある酸素を運ぶたんぱく質。減少すると貧血が疑われる。
	尿酸(UA)★	2.1~7.0mg/dl 尿酸が過剰な状態を高尿酸血症といい、痛風を招く。
	クレアチニン(CRE)★	男: 1.00mg/dl以下 女: 0.70mg/dl以下 老廃物の一種で、腎機能が低下すると血液中に増加する。
	eGFR(推算糸球体ろ過量)★	60ml/分/1.73m ² 以上 クレアチニンの値と性別、年齢から推算。腎臓が老廃物を排泄する能力を調べる。
	尿素窒素(BUN)	7~20mg/dl たんぱく質の分解による老廃物の一種で、腎臓での排せつ機能に異常が生じると値が高くなる。
	AST(GOT)★	30U/L以下 肝臓や心臓などの細胞に含まれる酵素。
	ALT(GPT)★	30U/L以下 肝臓や心臓に異常があると血液中の量が増える。
	γ-GT(γ-GTP)★	50U/L以下 肝臓の解毒作用に関する酵素で、とくにアルコール性肝障害で数値が高くなる。
	総ビリルビン(T-bil)	0.4~1.7mg/dl ビリルビンは黄疸の原因となり、肝臓や胆道に障害があると高くなる。
	総たんぱく(TP)	6.5~7.9g/dl 血清中のたんぱく質の総量で、肝機能や腎機能の異常を調べる。
	ALP(アルカリホスファターゼ)	38~113U/L(IFCC法) 肝臓や骨、腎臓などに含まれる酵素で、これらが障害を受けると数値が高くなる。
	LD(LDH、尿酸脱水素酵素)	124~222U/L 糖代謝にかかわる酵素で肝臓や心臓に障害があると数値が高くなる。
	アミラーゼ	40~122U/L 消化液やすい臓から分泌される消化酵素で、消化液やすい臓に異常があると数値が高くなる。
	HBs抗原	陰性(-)
	HCV抗体	陰性(-)
	B型肝炎ウイルスに感染しているかどうかを調べる検査。	
	C型肝炎ウイルスに感染しているかどうかを調べる検査。	
尿・便検査	尿糖★	陰性(-) 尿中に糖が出ているかを調べ、糖尿病の危険をチェックする。
	尿たんぱく★	陰性(-) 尿にたんぱくが出ているかどうかを調べ、腎臓などの異常を見つける。
	尿潜血	陰性(-) 尿中に血液があるかどうかを調べる。腎臓、尿管、膀胱(ぼうこう)、尿道などの異常を発見する手がかりに。
	ウロビリノーゲン	弱酸性(±) 尿中のウロビリノーゲン量を見て、肝臓や胆道系の異常を調べる。
	尿沈渣	何もないか、赤血球、白血球の数が少数 尿を遠心分離器にかけて固形成分を観察し、腎臓などの異常を詳しく調べる。
	便潜血反応(2日法)	1日目、2日目とも陰性(-) 便の中に血が混じっているかどうかを調べ、消化管からの出血や大腸がん発見の手がかりとする。
その他	BMI★	18.5以上 24.9以下 新調、体重からBMIを計算し、「肥満」「やせ」を判定する。
	腹囲★	男: 84.9cm以下 女: 89.9cm以下 メタボリックシンドローム判定の基準となる内臓脂肪の蓄積度合いを調べる。
	血圧★	収縮期血圧: 129mmHg以下 拡張期血圧: 84mmHg以下 血圧の状態を調べる。
	心電図★	異常なし 心機能の状態を調べる。
	眼底検査★	所見なし、以上なし (Wong-Michell分類) 糖尿病網膜症などを調べる。
	胸部レントゲン検査 肺機能検査	肺や心臓、大動脈に異常な影がないかを検査します。 肺の換気能力を調べます。
消化器	胃部X線／内視鏡検査	炎症・潰瘍・がん・ポリープ／びらん性胃炎十二指腸潰瘍などの疾患を検査します。
	腹部超音波検査	肝臓・胆のう・脾臓・腎臓などの疾患を検査します。

※基準範囲:日本人間ドック学会準拠

医療法人禄寿会 小禄病院 予防医療推進課 (6階)

【お問い合わせ先】TEL/FAX : 098-857-8713 / 098-858-2242

脱水症を知って、 すぐ対策！

薬剤科



今回は脱水症についてのお話です。

脱水症と関連のある病気や脱水症の症状、対処方法について説明いたします。

病気にひそむ脱水症

熱中症は、暑い・むし暑い環境で体調不良を起こします。体調不良の症状は、“脱水症”と異常高体温によって起こります。そのため熱中症予防には、暑い環境を避けることに加えて、脱水症を予防することが重要です。

また、脳梗塞や心筋梗塞においても、体内的水分不足がリスクとなります。脱水状態では血液をさらに濃縮させることとなり、脳梗塞や心筋梗塞を引き起こしやすくなります。

“脱水”とは、単なる水の不足ではなく、カラダから電解質（塩分など）も同時に失われた状態のことです。高齢者は、年齢によって体内の水分量が減少し、成人に比べ脱水症になりやすくなっています。

高齢者が脱水症になりやすい理由

- もともと、体の水分量が少なくなっている
- 飲んだり食べたりする量が減っている
- のどの渇きや暑さに気がつきにくくなっている
- トイレを避けるために意図的に飲水量を減らしている

脱水症の症状

脱水症の症状は程度により様々です。軽度ではめまいや立ちくらみ、中等度では頭痛や吐き気、倦怠感、高度では意識障害やけいれんがおきます。

脱水症になってしまったら経口補水液がおすすめ

脱水症になってしまったら、水と電解質（特に塩分）を速やかに補うことが大切です。軽度から中等度の脱水症における対処方法として、“経口補水液”的摂取があります。

経口補水液は、脱水した体に必要な水と塩分に加え、速やかな吸収のために必要な糖分をバランスよく含んだ飲料になっています。実際には「飲む点滴」とも言われています。

対して、水やお茶は塩分を含んでおらず、体液の濃度を薄めてしまうため、脱水時の水分補給にはなりません。余分な水として尿となり、出て行ってしまいます。

経口補水液の飲み方は、500ml～1000mlを目安に無理のない速さで飲みましょう。その後は、ゆっくりと飲みながら様子を見ましょう。

いざという時は素早い対処が必要なので、経口補水液を数本買い置きしておくと安心です。

高齢者でも飲みやすい「ゼリータイプ」もあります。薬局やドラッグストアで購入できます。

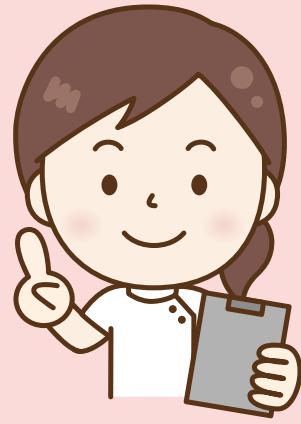
食事制限を受けていらっしゃる方は、かかりつけの医師にご相談ください。

せっしょく えんげ

摂食・嚥下障害

ってご存じですか？

4階病棟所属 摂食嚥下担当 歯科衛生士主任 安田 千鶴



もうすぐお昼の12時…やったー♪そろそろお腹すいてきたな～今日は何食べようかな、食後にはデザートも食べたいな～(*^。^*)などなど。そんな気持ちをもって、食事の支度をして、目の前にあるご飯をお口に運びパクパク・カミカミ・モグモグ・ゴックン。おいしくて幸せ～♪

日常生活ではごく普通の会話や感情表現、動作なのですが‥

その感情や動作、口腔運動、ゴックンと飲み込む機能に何らかの事情で不自由が生じてしまい、食べる事や飲み込む事に支障が出てしまい、なんだか噛みにくい‥、飲み込みにくい、のどに残っている気がする、飲み込むときにムセこんでしまうなど、上手にお食事が摂れなくなってしまった状態を「摂食・嚥下障害」といいます。



せっしょく
摂食

空腹の認識や意欲、これから食べる物の把握、食器や道具の選択、お口に運ぶ量の調整、開口の調整、口唇と前歯部で食物を受け止めて、口腔内に取り込みます。



えんげ
嚥下

口腔内に取り込まれた食物を、舌の運動機能で臼歯部へ運び、咀嚼運動（臼歯部で噛み碎く）が始まり、同時に舌や頬などの口腔周囲筋を使い食塊形成し（飲み込みやすいように滑らかな一つの塊を作る）のどへ送り込まれます。喉へ送り込まれた食物をゴックンと飲み込み（嚥下反射という）安全に食道を通り胃に至るまでの過程、その一連の運動を「摂食・嚥下」といいます。

脳血管疾患や、神経・筋疾患、加齢や認知症の発症に伴い、口腔機能や咀嚼・嚥下機能に必要な筋力の低下が原因の一つとなり「摂食・嚥下障害」に繋がってしまうことがあります。

お食事をとる事は、健康な身体を維持するのはもちろんの事ですが、「食べる楽しみ」としても、とても重要な意味があります。大切なご家族や周囲の方のお食事の様子を日頃から把握しておくことが摂食嚥下障害の予防に繋がります。

当院では、短期間の入院でお食事の相談にのり、専門的な検査を経て
安心安全なお食事ができるように、多職種で連携し、全力でサポート致します！
どうぞお気軽にお問い合わせ下さい(‘◇’)



かかりつけ医について

医師事務課

患者さん 「いつもの薬をもらいたいんだけど、予約お願ひします。」

受付 「はい、主治医の先生は誰ですか？」

患者さん 「決まってないよ、だれでもいいよ。薬もらうだけだから・・・」

受付 「いつもの状態を知っている先生がいろいろ相談できますよ。

今後は先生を決めて受診してはどうですか？」

患者さん 「うーん、考えておくよ。」

予約業務でこのようなやり取りをすることがあります。

今回は、かかりつけ医/主治医について説明します。



「かかりつけ医」とは

(定義) 健康に関するることをなんでも相談できる上、最新の医療情報を熟知して、必要な時には専門医、専門医療機関を紹介してくれる、身近で頼りになる地域医療、保健、福祉を担う総合的な能力を有する医師。

「かかりつけ医」をもつメリット

- 日頃の状態をよく知っているかかりつけ医であれば、ちょっとした体調の変化にも気づきやすいため、病気の予防や早期発見、早期治療が可能になります。
- かかりつけ医がいれば、病気や症状、治療法などについて的確な診断やアドバイスをします。
- かかりつけ医は必要に応じて適切な医療機関を紹介します。

「かかりつけ医」をもとう！

自分で選んでいいの？

かかりつけ医はご自身で選択できます。日常生活における健康の相談や体調が悪い時などにまず相談する、自分が信頼できると思った医師であればかかりつけ医と呼んで構いません。

選ぶのは一人なの？

かかりつけ医は一人に決める必要はありません。例えば内科のかかりつけ医の他に眼科にも通院しているという場合には眼科の医師もかかりつけ医と言えます。

何科の医師を選べばいいの？

内科医がかかりつけ医と思われがちですが、どの診療科の医師でもかかりつけ医になります。

小禄病院でもかかりつけ医/主治医での受診を勧めています。予約時にご相談ください。



小禄病院の 地域連携室 の紹介

当院の地域連携室は
「地域連携業務」「退院支援業務」「外来患者様の医療・福祉相談」
など三つの機能を持った部署です。

こんな時にお役に立ちます。

地域連携とは地域の開業医の先生方をはじめ、他の病院からの転院相談や、より専門的な治療が必要な方について当院から地域の専門医への紹介を行っています。

また、退院支援業務では、自宅へ退院するときに患者様、ご家族様が望むより良い生活を送れるような支援や、自宅へ帰れず施設への入所を考えている方への支援を行っています。そして、外来へ通われている患者様へ各種制度の案内や生活上の問題ごとも相談可能です。

患者様の「退院後の生活が不安」、「支払いなどの経済面」、「介護保険を利用したい」、「治療や経済面に関する制度が知りたい」などの様々な悩み事、不安なことを相談しながら、患者様、ご家族様といっしょに解決方法を考えていきます。

この三つの機能を併せ持つことで患者様に満足いただけるように努力しているところです。医療・福祉的な視点で患者様の支援、地域の医療機関との連携業務を看護師4名、社会福祉士2名の専門スタッフで日々励んでいます。

ぜひ一度、地域連携室のスタッフにお声掛けください。
きっと何かのお役に立てると思いますよ。

連絡先：地域連携室（直通） TEL：098-857-1805 FAX：098-857-0947



認知症家族向け 介護教室を開催します！



【対象者】 下記のいずれかに該当する方

- ①認知症（疑い含む）の本人、もしくはその家族のどちらかが那覇市在住の方
- ②同居・別居は問わず、認知症（疑い含む）の人を介護されている家族
(在宅・施設入所・介護サービス利用の有無は問いません)
- ③65歳以上の高齢者がおり、将来的に介護する可能性が高く、不安を抱える家族の方
⇒対象となるか迷われた場合でも、お気軽にご連絡下さい！

【開催日】 ①7月30日（火） 14：00～15：30

テーマ：認知症の方との上手な付き合い方について

講 師：デイサービスさつき荘 作業療法士 西原 菜都希 氏



参加費
無料

②7月31日（水） 14：00～15：30

テーマ：認知症の方と家族の暮らしを支える福祉用具説明会

講 師：(株)シルバーサービス沖縄 営業部長 大城 政人 氏



【内容】 認知症への理解を深めるための教室を2日に分けて開催します。両日参加はもちろん、1日のみの参加も可能です。参加希望の方は下記までお電話でお申し込み下さい。

【定員】 20名 ※申し込み締め切りは7/16（火）まで

【申込先】 那覇市地域包括支援センター小禄 098-858-0096 (担当：金城)



【場所】 小禄老人福祉センターかりゆしゅるく2階 大広間（那覇市小禄5-4-2）

【備考】 駐車場の台数に限りがございます。お車でお越しの方は必ず事前のご連絡をお願いいたします。

こもれびの部屋を利用しよう。参加費無料

ステイヤングおろく

【内容】：レクリエーション・体操

【日時】：毎週月曜日 午後2時～3時30分
第5月曜日、祝日休み

こもれびサークル

【内容】：いきいき百歳体操（筋トレ・ストレッチ）

【日時】：毎週水曜日 午前10時～11時 祝日休み



那覇市地域包括
支援センター
小禄

ファミリー
マート

◀豊見城市

小禄病院

奥武山公園▶

木曜サークル

【内容】：体操、脳トレ等

【日時】：毎週木曜日 午前10時～11時
第5木曜日、祝日休み



こもれびカフェ

【内容】：認知症の理解を深めるために

様々なイベントを毎月企画しています

【日時】：毎週第4火曜日 午後2時～3時 祝日休み

【お申し込み・お問合せ先】

那覇市地域包括支援センター小禄

☎(098)858-0096



理学療法士が教える

自分の姿勢をセルフチェック!

監修：理学療法士
中田 舞

「最近、老けてきた？」って思うことはありませんか？
その原因の1つに普段の姿勢があるかもしれません。

壁を使った5点チェック

壁の前に立ち、かかと・お尻・肩・頭・ふくらはぎを付けてみましょう。

どこか1箇所でも壁につかない場所がある人は体が歪んでいる可能性があります。

猫背や巻き肩→肩が上がっている

骨盤の歪み→ふくらはぎがつかない

など簡単に全身チェックが行えます

自分の姿勢を知ることは普段意識していない自分の立ち姿勢を意識するきっかけにもなるのでぜひ試してみてください。

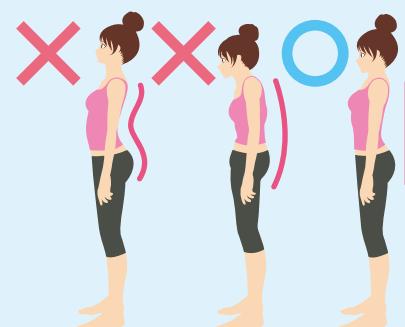


歩き方や立ち方で20代が50代に見えることも

いつまでも若々しく見られたいなら、

日常生活から姿勢を意識ていきましょう！！

正しい姿勢や歩き方を手に入れれば、グッと若返る！



顔を洗うときは背中を曲げない

膝を曲げて、足の付け根から倒すようにするのが正解。

股関節を使うことで背骨の負担軽減になります。



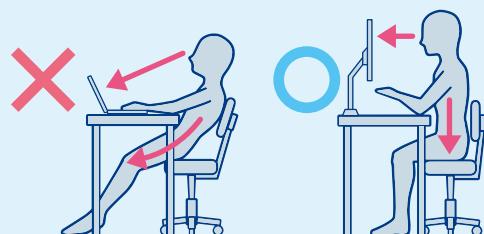
デスクワークでの正しい姿勢

① 骨盤を起こし背筋を伸ばす

② モニターは目線の高さ

③ 膝は楽に曲げおろす

1つの仕事を終えたら背伸びをする、
30分たったら立ち上がるといったように、
区切りをつけると体への負担も軽減されます。



肩こりや頭痛を引き起こす「スマホ首」に注意

スマホを操作するときは、画面を目線と同じ位置に上げて、下を向かないようにすることが大切。

机やテーブルに肘をついて画面を固定するといいでしょう。
読書なども同じように行うといいです。



日頃から意識して正しい姿勢で日常生活を過ごすことは健康の基礎となります。
姿勢を正すためのストレッチや更に詳しい情報を知りたい方はこちらを参照ください。

参考：
●書籍「調子がいい！がずっとづくカラダの使い方」「毎日の疲れを一瞬でとる魔法のポーズ」著者：仲野孝明
●<https://hc.kowa.co.jp/vantelin/harebare/trivia/vol02/>
●<https://8760.news-postseven.com/56722>

利用者紹介 K・H様 こもれびの部屋で個展を行いました

場所：地域包括支援センター小禄 隣 展示期間：令和6年4月1日～13日

平成11年、公務員・銀行関連会社を経て退職。壺屋でやちむん作りを習い始めましたが、腰痛のため2年余りで断念しました。その後、油絵教室で風景・静物・人物等を学んでいましたが持病により6年で断念しました。手術とリハビリで状態が安定し、平成28年から禄寿園デイケアにてリハビリを継続しています。今回、禄寿園相談員大城と地域包括支援センター小禄の計らいで、これまで描きためた作品の個展を開く話があり、ためらいもありましたが、駄作ではありますが、それなりに皆様のご批判を仰ぐことになりました。

尚、妻の作品（パッチワーク）も一緒に楽しんでいただければと思っております。



【展示作品一覧】

- 1 カナディアンロッキー
 - 2 オランダの風車
 - 3 北海道
 - 4 石垣島
 - 5 知念村
 - 6 鯉のぼり
 - 7 踊り子
 - 8 中城城々跡
 - 9 静物（模写）
 - 10 薔薇図
- パッチワーク5点、焼き物5点

利用者紹介 T・T様（大正14年2月28日） 数え100歳おめでとうございます



デイケア（介護予防）で誕生日のお祝いをしました。とてもお元気で活発に運動を頑張っています。これからもりハビリを継続し、来年の誕生日も仲間と皆でお祝いをしましょう！

毎日の活動で健康づくり。皆さんも是非、日々の活動を大切にして健康長寿の道を歩んでいきましょう！

【百寿 てるてる展】

自作の折紙作品が社会福祉協議会に展示されました。

作品が豊見城市社会福祉センター1階ロビーにて開催中です。



- 健康の秘訣：運動と食事・人と関わる事・楽しく生きる事
- ご友人も駆けつけてくれました

随时体験や新規ご利用者を受け付けております。お気軽にお問合せ下さい。

介護老人保健施設 祿寿園 ☎098-857-6225 (相談員 波平・新崎)

「たま～に外食」の場合

外食の前後3日程度で食事量や運動の調整をしましょう。ただし、欠食は厳禁です。

長時間の欠食は次の食事での食後血糖値が急上昇しやすくなります。

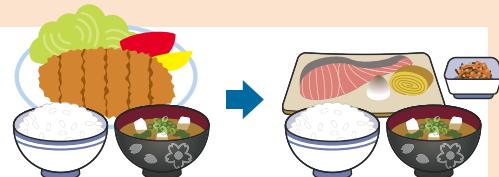
「食生活の主体が中食（総菜）や外食」の場合

外食のメニューは、食欲や好みに任せていると、エネルギーや塩分、脂質の摂り過ぎ、野菜が不足しがちになります。肥満改善や予防のためには、賢く選んで上手に調整することが必要です。

下記のポイントを意識して調整して食べましょう。



- 1** 主食+主菜+副菜の定食スタイルを意識しましょう。
揚げ物よりも煮物や焼き物を選ぶといいでしょう。



ポイント 2

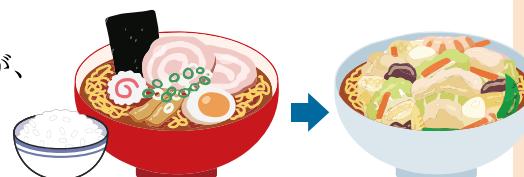
- ご飯は、自分の適量を覚えて、多い時は残しましょう。
注文する時に「ご飯軽めに（少なめに）」といった注文の仕方を。

- 3** 丂ものは避けましょう。選ぶときにはサラダなど野菜料理を足しましょう。

- 4** 寿司は食べる貫数を決めましょう。つける醤油を減らすことも大事です。

- 5** カレーライスは、ご飯量が多いので「ご飯軽め」にしましょう。
サラダなど野菜を足すのも大事です。

- 6** 麺類は丂ものと同じように避けるのがいいのですが、
選ぶ際には具が多いものを選びましょう。
<炒飯と麺類などのセットは炭水化物過剰です>



- 7** 餃子の皮は炭水化物なので、
ご飯量を減らしましょう。



- 8** サラダバーでは、ポテトサラダやマカロニサラダは炭水化物と脂質が多いので
避けましょう。ノンオイルドレッシングを選ぶとカロリーカットできます。

- 9** ハンバーガーセットはサイドメニューをサラダにして
野菜を選びましょう。
飲み物はお茶などゼロカロリーを選ぶといいでしょう。



那覇市には、野菜を 100g 以上使用したメニューを取り扱っている「なはベジ協力店」があります！そこに登録されている飲食店や惣菜販売店をまとめたヘルシーガイドブックもあるので、ぜひご活用下さい！

那覇市健康増進課公式インスタグラム→



浦添看護学校の就職説明会に参加しました

2024年4月25日（木）に学校法人湘央学園 浦添看護学校で開催された看護学生就職説明会に参加しました。当院に興味をもち、お立ち寄り頂いた学生の皆様、誠にありがとうございました。当院の魅力を少しでも感じていただけましたこと感謝いたします。

皆様のご応募お待ちしていますので、ぜひお気軽にお問い合わせください。（見学も随時受付中です）



小禄病院 旧盆のご案内

2024年の旧盆は、ワークイが8月18日（日）となっているため、休診等なく通常通りの診察を行っています。

【お問い合わせ】法人本部 ☎(098)857-1789(代)



求人募集 ~あなたのその「力」が必要です~

【お問い合わせ】法人本部人事課 ☎098-857-1789(代)



<医療部門>	病棟看護師（夜勤有）	正職員
	外来看護師（准看護師含む）	正職員
	訪問看護師・訪問診療看護師	正職員
	病棟看護補助員	正職員（介護福祉士）・契約職員 <未経験者歓迎>
	薬剤師	正職員
	臨床検査技師	正職員
	理学療法士	正職員・契約職員
	医療事務員	正職員・契約職員
	一般事務（訪問診療）	正職員（契約職員）
	MSW（訪問診療）	正職員
<hr/>		
<介護部門>	入所看護師	正職員
	介護士	契約職員 <未経験者歓迎>
	介護福祉士	正職員・契約職員
	理学療法士	正職員
	介護事務員	正職員
	主任介護支援専門員	正職員
	介護支援専門員	正職員
	サービス提供責任者（介護福祉士）	正職員
	訪問介護員（ヘルパー）	パート <未経験者歓迎>
<hr/>		
<法人本部>	総務事務員	正職員
	設備技術員	正職員

外来診療案内

令和6年8月1日～

■診療受付時間……【午前】8:00～11:30まで（眼科は8:00～11:00まで）

【午後】13:30～16:30まで

■休診日………土曜日・午後・日曜日・祝日・旧盆(ウケイ)・年末年始(12月30日～1月3日)

■診療科目………内科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科・腎臓内科・眼科(要予約)
整形外科・放射線科・リハビリテーション科・各種予防接種

内 科

		月	火	水	木	金	土
午 前	第1診察室	高江洲 良一 循環器	(高血圧外来) 高江洲 良一 循環器	高江洲 良一 循環器	高嶺 光 糖尿病	高江洲 良一 循環器	高江洲 良一 循環器
	第2診察室	與那嶺 志穂 消化器	石井 恭平 呼吸器(琉大)	國吉 徹 消化器	野原 健 腎臓	野原 健 腎臓	儀間 朝次
	第3診察室	國吉 徹 (9:00～10:30) 野原 健 (10:30～12:00)	高橋 隆 糖尿病	與那嶺 志穂 消化器	與那嶺 志穂 消化器	國吉 徹 消化器	國吉 徹 消化器
午 後	第1診察室	野原 健 腎臓	儀間 朝次	儀間 朝次	高江洲 良一 循環器	井手口 周平 呼吸器(琉大)	—
	第2診察室	國吉 徹 消化器	與那嶺 志穂 消化器	野原 健 腎臓	仲山 由李 呼吸器(琉大)	(糖尿病外来) 高橋 隆	—
	第3診察室	—	—	—	—	與那嶺 志穂 消化器	—

ドック健診

	月	火	水	木	金	土
午前のみ 8:30～10:00	國吉 純郎					

眼 科

	月	火	水	木	金	土
午 前	第1診察室	—	(一般外来) 琉大医師	(一般外来) 琉大医師	—	—
	第2診察室	(硝子体外来) 中村 秀夫				

※眼科外来は予約制となっております

整形外科

	月	火	水	木	金	土
午 前	—	—	—	—	—	琉大医師
午 後	—	—	椎名 行夫	—	—	—

※整形外科外来は予約制となっております

リハビリ

	月	火	水	木	金	土
午 前	○	○	○	○	○	○
午 後	○	○	○	○	○	—

令和6年 夏 版 結ゆい

■発行元／医療法人 祿壽会 広報委員会 媒体班

■編集協力・印刷／アシクリエイティブ



医療法人
祿寿会

〒901-0152 沖縄県那覇市字小禄 547 番地の1
TEL (098)857-1789 / FAX (098)857-6554



【関連施設】

- 小禄病院
- 介護老人保健施設 祿寿園
- デイサービス小禄

● 小禄居宅介護支援事業所

- ヘルパーステーション小禄
- 小禄訪問看護ステーション
- 那覇市地域包括支援センター小禄