



# 医療法人 禄寿会

# 広報誌

## 平成25年度

## 夏版

# 結ゆし！

## ～ゆいゆい～



沖縄を感じられる観光名所 琉球村より

ハイビスカスの花言葉は“常に美しい美、勇ましさ、上品な美しさ、繊細な美、新しい恋”など。

和名は「ブツウゲ（仏桑花）」、沖縄では「アカバナー」と呼ばれています。

熱帯アジアが原産地で、アオイ科の常緑低木です。

ハワイでは、ハイビスカスを耳に飾る場合、「相手を探している人」は”右の耳”、「すでに相手がいる人」は”左の耳”に飾るそうです。



### 医療法人 禄寿会

- ・小禄病院
- ・介護老人保健施設 禄寿園
- ・小禄居宅介護支援事業所
- ・小禄老人訪問看護ステーション
- ・ヘルパーステーション小禄
- ・テイサービスセンター太陽(てい〜だ)
- ・テイサービス鏡原
- ・グループホーム小禄
- ・かりゆしホーム鏡原
- ・有料老人ホーム うるく
- ・那覇市地域包括支援センター小禄

### も く じ

- ・小禄病院
- ・大人の風疹予防接種について  
理 念・法人方針・患者様の権利
- ・知って防ごう！「熱中症」
- ・特定健診のお知らせ
- ・禄寿会だよ！
- ・お知らせ 介護部門ブログを開設しました！
- ・栄養科通信 Vol. 2
- ・外来診療案内・編集後記



## 医療法人 禄寿会

〒901-0152 沖縄県那覇市字小禄547番地の1

TEL:(098)857-1789 / Fax(098)857-9575

# 大人の風疹予防接種について

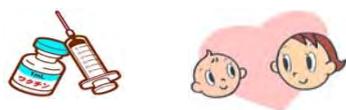
全国的に大人の風しん患者数が増えています。流行の中心は、年齢に応じて男女ともに定期予防接種の機会が少なかった20代～40代の方に多く発症しています。風疹にかかると発疹や発熱といった症状が出ますが、大きな問題になるのは**妊娠初期の女性が風しんにかかると**、生まれてくる赤ちゃんの目や耳、心臓などに障害が出る「先天性風しん症候群」になる恐れがあります。風しんを予防するには予防接種が最も効果的ですが、**妊娠中は風しんの予防接種を受けることができません**。妊婦する前や妊婦さんの周りの方がしっかりと予防接種を受けることが大切です。

当院では、MR ワクチン（二種混合）の在庫を保有していますので、予約ナシでいつでも接種が可能です。\*風しんの予防接種には保険料が適用されないため、医療機関ごとに費用はまちまちです。

\*大人の風しん予防接種は、「任意接種」となりますので効果と副作用については十分にご理解した上で、ご自身のご判断で接種をお受けて下さい。

## 【当院で接種可能なワクチン】

- MR（麻しん・風しん二種混合）  
ワクチン



## 【料 金】

- 8,700 円 ★風疹交代検査ご希望の方は、2,800 円（患者負担 3 割の方の場合）  
\*結果が出るまでに、1 週間程かかります。

那覇市、浦添市では接種費用の一部を助成しております。\*助成金は期限があります。助成金に関する詳しいお問い合わせは、那覇市市役所・浦添市役所へお問い合わせ下さい。

## ★予防接種をお勧めする方



- \*19 歳～50 歳未満（男女）方で、
  - 妊娠を希望・予定している女性。
  - 妊婦を希望している女性の夫（パートナー）
  - 妊婦さんの夫、子ども及びその他の同居家族。

## 理 念

医療法人緑寿会は、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心がけ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。

## 基本方針

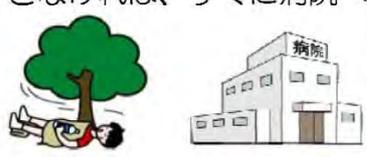
- 一、私たちは、地域の皆様から選ばれるために、医療と福祉の連携により、心がようサービスを行います。
- 二、私たちは、公平に病める人の心と人格と権利を尊重します。
- 三、私たちは、健全な経営を行い、その資源を良質な医療・福祉への提供に注ぎます。
- 四、私たちは、より良い技術・知識を習得するために日々、研修・研鑽に努めます。

## 緑寿会の患者様の権利

- 当院は「患者様の権利宣言(リスボン宣言)」を尊重し患者様本位の医療の実現に全職員で可能な限り努力する。
- 一、患者様は安全で良質な医療を公平に受ける権利を有する。
  - 二、患者様は医学的な原則及び倫理的な観点から患者様にとって最善の治療だと判断する医師の治療、看護を受ける権利を有する。
  - 三、患者様は自由に医療機関、担当医師を選ぶ権利を有し、セカンドオピニオン(別の医師の意見)を求める権利を有する。
  - 四、患者様は診療に関する全ての情報に対し十分な説明を受ける権利を有し、説明を受けた後の治療方針に対して受け入れるかまたは拒否するかの権利を有する。
  - 五、患者様は個人のプライバシーや尊厳を守られる権利を有するだけでなく、宗教的及び倫理的慰安を受けるまたは断る権利を有する。

# 知って防ごう！「熱中症」

熱中症は室温や気温が高い場所に長時間いることによって体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体内の調整機能が破綻するなどして発症する障害（めまいやけいれん頭痛など）の総称です。

	軽 症（Ⅰ度）	中 等 症（Ⅱ度）	重 症（Ⅲ度）
症 状	<ul style="list-style-type: none"> <li>めまい</li> <li>立ちくらみ</li> <li>汗がとまらない</li> <li>筋肉のこむら返り</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>頭 痛</li> <li>吐き気・嘔 吐</li> <li>体がだるい（倦怠感）</li> <li>虚 脱 感</li> </ul> 	<ul style="list-style-type: none"> <li>意識がない</li> <li>けいれん</li> <li>高い体温である</li> <li>呼びかけに対し返事がおかしい</li> <li>まっすぐに歩けない、走れない</li> </ul> 
対 処 法	<ul style="list-style-type: none"> <li>水分・塩分を補給しましょう！</li> </ul>  <p><b>【意識がある、反応が正常な時】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>涼しい場所へ避難させる</li> <li>衣服を脱がせ、身体を冷やす</li> <li>水分、塩分を補給する</li> </ol> <div style="border: 1px solid blue; border-radius: 15px; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>水を自力で飲めない、または症状が改善しない場合は、直ちに救急車を要求しましょう！</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>足を高くして休みましょう。</li> <li>自分で水分・塩分を補給できなければ、すぐに病院へ</li> </ul>  <p><b>【意識がない、反応がおかしい時】</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>救急隊を要請する</li> <li>涼しい場所へ避難させる</li> <li>衣服を脱がせ、体を冷やす</li> <li>医療機関に搬送する</li> </ol> <div style="border: 1px solid red; border-radius: 15px; padding: 5px; width: fit-content;"> <p>倒れた状況が分かる人が、医療機関に同行しましょう！</p> </div>	<ul style="list-style-type: none"> <li>水や氷で冷ましましょう（首、脇の下、足の付け根など）</li> <li>すぐに救急車を呼ぶ！</li> </ul> 

熱中症は誰にでも起こりますが、体温調節機能が衰えてくる高齢者は、成人よりも熱中症になるリスクが高くなるので注意が必要です。

## 高齢者の特徴

体温調整能力の低下

暑さやのどの渇きを感じにくい

汗をかきにくい

・室温をこまめにチェックし、エアコンや扇風機等を活用！

・のどが渇かなくても水分補給！

・調子が悪いと感じたら、家族や近くの人に、そばにいてもらいましょう！



当院で  
受けら  
れます

# 特定健診

## ◆実施期間

平成25年4月1日～平成26年3月31日

## ◆対象者

40～74歳の国保加入者・社保扶養者の方  
75歳以上の後期高齢者の方（長寿健診になります）  
20・30代の国保加入者（健康診査になります）

受付時間  
月～土曜日

●受診の際は『受診券』と『保険証』が  
必要です。

※那覇市国保加入者は「受診券」と「保険証」が一体型です。



●血液検査がありますので当日の朝は空腹で  
来院して下さい。

●がん検診も一緒に受けられます。  
（胃がん・肺がん・大腸がん）

## ◆この機会に人間ドックを！！

特定・がん検診受診券を利用して受けられます。

日帰り人間ドック通常料金

¥26,250

特定健診・がん検診併用で

¥9,350

※那覇市国保加入者の場合

医療法人 禄寿会



小 禄 病 院

ご予約・お問い合わせは  
TEL (098) 857-8713 (担当直通)

# 女声合唱団の演奏会を行いました！

禄寿園だより



去った7月2日に「小禄女声コーラス みなみ」の皆さんによる訪問演奏会が開かれました。

演奏会の第1部では「おぼろ月夜」や「里の秋」などの唱歌で、第2部では「花ぬ風車」や「じんじん」などの”わらび唄”を、素晴らしい伴奏とコーラスで歌い上げていただきました。

利用者の皆さんもよく知っている曲を多く取り入れていただきましたので、皆さん自然と口ずさんでいたり、声に出して歌っていました。皆さん童心にかえったようです。

最後のアンコールではNHKの東日本震災の復興ソング「花は咲く」を披露していただき、利用者の皆様も「いい歌だねえ～」と歓心しきりでした。

訪問演奏会をしていただきました「小禄女声コーラス みなみ」

の皆様ありがとうございました。次回も宜しくお願ひします。



# お知らせ

## 医療法人 禄寿会 介護部門 BLOG



詳しくは、<http://rokujukai915.ti-da.net>  
または、  まで

医療法人禄寿会 『介護部門 ブログ』を開設いたしました。

こちらのブログは、介護事業所（デイサービスセンター、グループホーム、老健施設、訪問看護、訪問介護、居宅支援事業所）を中心に、各施設の紹介やレクリエーション、行事などの情報を発信しております。ブログを見ているご家族の方からも大変好評を得ております。

今後も利用者さんに楽しんでいただけるサービスを提供していきたいと思います。

皆さんも、ぜひ一度 介護部門 ブログを見て下さい。

<http://rokujukai915.ti-da.net>



# デイサービス鏡原



焼き物の先生をお招きして、  
シーサーづくりを行いました。



みなさん、先生に指導を仰ぎながら、一生懸命にシーサー作成に取り組んでいました。出来栄は上場！利用者の皆さんが一生懸命、苦勞して作った甲斐がありました。一つ一つ表情が違い、それぞれの味が出ています(\*。\*)



慰霊の日に合わせて、平和記念公園内にある「沖縄の碑」へ千羽鶴を奉納しました。

年が明けてから、利用者の皆さんが想いを込めて、コツコツと折り続けた千羽鶴を「沖縄の碑」へ奉納してきました。

奉納後、利用者の皆さんは、それぞれの想いを込めて、お祈りを捧げていました。

その様子を目の当たりにして、あらためて戦争の悲劇を絶対に繰り返してはいけなないと、とても強く再認識する事が出来ました。





# 見逃さないで、熱中症!



## 暑い夏は熱中症に気をつけて

高温多湿の環境下で重筋肉労働や激しい運動で起こりやすい疾患です。発汗が減少または消失する熱射病、発汗による脱水から起こる熱疲労、血漿中の塩分濃度が低下することで起こる熱痙攣などに分けられます。

熱中症になりやすい場所

工事現場、運動場、  
体育館、一般家庭の  
お風呂場など



## 熱中症になりやすい人ば?

水分をあまりとらない人  
高齢者、肥満の人  
過度の衣服を着ている人  
普段運動をしていない人  
暑さに慣れていない人  
病気の人、体調の悪い人



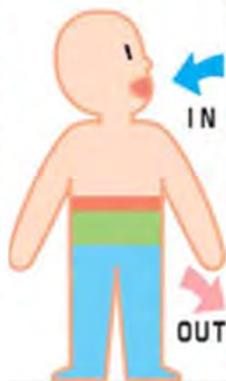
## 体と水分

成人は体重の60%を水分が占めています。生命に必要な各種栄養素やミネラルを含んでいて体温の放熱にも消費されます。体内の水分は筋肉に蓄えられるため、加齢と共に減少します。



## 体と塩分

食塩はほとんど無制限に吸収されます。一方、排泄も早く、汗への損失もあります。食塩の摂り過ぎは、高血圧の原因にもなります。



食事	1.0ℓ
納められる水	0.3ℓ
飲料水	1.2ℓ
水分の出入り	1.8ℓ / 2.5ℓ
尿・便	1.3ℓ
呼吸や汗	1.2ℓ

## 水はこのくらい飲むべし! (熱中症予防)

※ 水分を取らなくても1日 約500ml は、尿として出ていきます

※ 1リットルの水に1~2gの塩分で十分です。

※ アルコールは水分補給になりません。(利尿作用が強いため)



6杯程度で1.2リット



## 看護師、介護、看護補助者募集

「医療法人 禄寿会」で、一緒に働きませんか?

小禄病院と禄寿園では、看護師・介護・看護補助者を募集しています。職場見学も大歓迎、お気軽にお電話下さい!!

職種: 介護・看護補助者

就業場所: 小禄病院・禄寿園

雇用形態: 常勤・非常勤

就業時間: 日勤 8:30~17:30/

夜勤 17:00~翌 9:00 (シフト制)

お問合せ: (098)-857-1789 (総務課: 金城)

# 外来診療案内

平成25年 9月 13日 現在

## ■ 診療時間

午前：9時00分～12時00迄  
 午後：14時00分～17時00迄  
 夜間：18時00分～20時00迄  
 (夜間は月曜日～金曜日まで：内科のみ)

## ■ 休診日

日曜・祝日  
 年末年始(12/31～1/3)

## ■ 診療科目

- 内科・眼科・整形外科・呼吸器内科・消化器内科
- 循環器内科・リハビリテーション科・放射線科・各種予防接種

\*内科外来は10月より、下記のとおり診療体制が変更となります。

内科		月	火	水	木	金	土
午前	再診・予約 (第1診察室)	国吉純郎	新城和明	国吉純郎	新城和明	高江洲良一	新城和明
	再診・予約 (第2診察室)	鍋谷大二郎 (琉大医師)	消化器専門医師	高江洲良一	国吉純郎	国吉純郎	高江洲良一
	初診・ドック健診 (第3診察室)	濱田賢治	徳田章哲	濱田賢治	濱田賢治	徳田章哲	
午後	1 診	名嘉山裕子 (琉大医師)	国吉純郎	新城和明	高江洲良一	鍋谷大二郎 (琉大医師)	輪番制
	2 診	新城和明 (糖尿病専門外来)	高江洲良一 (高血圧循環器専門外来)	徳田章哲	名嘉山裕子 (琉大医師)	名嘉山裕子 (琉大医師)	
	3 診						
夜間		消化器専門医師	名富仁美	国吉純郎	新城和明	高江洲良一	

眼科		月	火	水	木	金	土
午前		琉大医師	新城百代	中村秀夫	新城百代	新城百代☆	新城百代☆
午後		新城百代	新城百代	手術日 (中村/新城)	新城百代	中村秀夫☆	

☆川満(視能訓練士)勤務日です。

整形外科		月	火	水	木	金	土 (9:00～12:00)
午前							琉大医師
午後		新井弘一		新井弘一		新井弘一	

リハビリ		月	火	水	木	金	土
午前		○	○	○	○	○	○
午後		○	○	○	○	○	○



那覇市字小禄547番地の1 電話番号：857-1789 (代)

## 編集☆後記

今回、初めて広報誌作りに携わらせて頂きました。主題はすぐに決まっていますが、皆様にわかりやすく且つ興味を持って読んでもらうために、資料集めや情報の検索など題材選びに時間をかけて、なんとか無事に誌面を完成させることができました。試行錯誤ではありましたが、とてもよい経験になりました。次回また誌面を担当させていただく時には、さらにより記事が届けられるように頑張ります。まだまだ夏本番、暑い日が続きますが体調管理に注意して今夏も楽しく乗りきりましょう。 ～ 広報委員：大城(つ)、賀数、奥井 ～

医療法人 禄寿会

検索

<http://www.rokujukai.or.jp>



ホームページからも、お楽しみいただけます♪