



# 医療法人 禄寿会 広報誌

平成28年

夏版

# 結ゆし！

~ゆいゆい~



—夏のドラマ。  
球場に響く歓喜。  
私は彼らのその  
“勇姿”を忘れない

## ～目次～

- 新任医師の紹介、  
理念・法人方針・患者様の権利・・・2
- 目の病気について・・・3
- 地域教室のご案内・・・4
- 禄寿園だより・・・5
- 特定健診のお知らせ、活動報告・・・6
- 栄養科通信・・・7
- 外来診療案内、編集後記・・・巻末

## 医療法人 禄寿会

- ・小禄病院
- ・介護老人保健施設 禄寿園
- ・有料老人ホーム うるく
- ・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
- ・小禄老人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



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)857-6554

# 新任医師のご紹介

新任の医師が入職しました。宜しくお願い致します。

氏名：儀間 朝次 医師

専門分野：総合診療、外科

出身大学：大阪大学

趣味：ゴルフ、ボクシングの試合観戦

患者様への一言：内科、外科共に対応できます。

皆さんと冗談を言いながら、  
楽しい雰囲気でご診察できればと思います。よろしく申し上げます。



氏名：中村 秀夫 医師

専門分野：眼科（網膜硝子体）

出身大学：秋田大学

趣味：トライアスロン

患者様への一言：平成 28 年 4 月より常勤となりました。

網膜硝子体疾患が専門で、この分野で地域の皆様に  
貢献できるように頑張ります。宜しく申し上げます。

※網膜硝子体専門外来の初診の方は紹介状の提出が必要になります。

## 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。

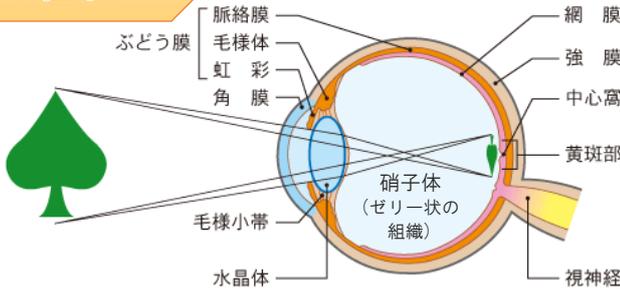
## 緑寿会の患者様の権利

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を権利を有する。
- 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権利を有する。

# 眼の健康、気にしていますか？

## 眼の仕組み



- ①光は目の角膜を抜け水晶体と呼ばれるレンズを通ります。
- ②水晶体で調節された光は目の後部にある網膜に映し出されます。
- ③網膜の情報は視神経を通して脳に伝達され、初めてモノを認識することが可能となります。

目は多くの部分が同時に働き、私たちに情報を与えてくれますので、どの部分もとても大切な器官です。

## 眼の病気

### 白内障

- 白内障の多くは、加齢により水晶体が混濁する老人性白内障です。

### 緑内障

- 眼圧が高くなることで視神経が圧迫され、損傷を受けた視神経が徐々に脱落し、視野を失う病気です。

### 網膜色素変性症

- 老化現象により黄斑部分に異常が起こる病気です。視機能が低下し、日常生活にも支障をきたします。

### 加齢黄斑変性

- 網膜に異常な色素沈着が起こる一連の病気の事です。

### 糖尿病網膜症

- 糖尿病の合併症として起きてくる眼の病気です。

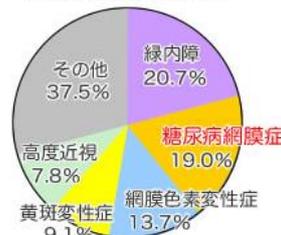
etc.

上記の中でも今回は、生活習慣病にかかわる「糖尿病網膜症」について取り上げます

### なぜ糖尿病に合併するのか？

高血糖状態の血液は、全身にさまざまな弊害を起こします。網膜の血管で障害が起こったものが糖尿病網膜症です。糖尿病腎症、糖尿病神経障害とともに糖尿病の三大合併症の一つとなっています。

成人の失明原因の割合



2006年度調査 厚生労働省調査結果 (18歳以上 2043名対象)

2003年度の調査で、糖尿病網膜症は成人の失明原因の第1位でした。しかし、2006年度以降の調査で第2位に下がりました。これは、眼科と内科の連携により、食生活改善が早期に行われた指導結果と考えられています。



## 糖尿病網膜症

症状がないまま進行する糖尿病網膜症、突然の視力低下も

次のような段階を経て進行します



正常な眼底

網膜内の血流が悪くなり始めた、網膜症の最初の段階



《症状》  
全くない

単純網膜

血管が詰まって、網膜の一部に血液が流れていない虚血部分が生じてきた段階



《症状》  
ほとんどないが、黄斑部に浮腫が起これると顕著な視力低下がある。

増殖前網膜症

虚血部分に酸素や栄養をなんとか送りこもうと、新生血管が伸びてくる段階



《症状》  
視力の低下や飛蚊症。ただし、硝子体出血や網膜剥離が起きていなければ、この段階でも症状がないこともある。

増殖網膜症

## 検査・治療法

糖尿病網膜症といわれたら

定期的に眼科検査・治療を続けていけば、糖尿病が原因の失明は防ぐことができます。

### 精密眼底検査

瞳孔から眼底の様子を観察する検査

### 蛍光眼底撮影

造影剤を静脈注射した後、眼底写真を撮影する検査

検査

### 循環改善薬

血管を広げる作用のある網膜循環改善薬で進行を防ぐ

### レーザー光凝固

網膜の虚血部分へレーザーを照射し、熱で凝固してしまう手術

治療

### 硝子体手術

低下した視力を少しでも回復させるためや、視力にとって一番大切な黄斑を守るための手術



硝子体手術のようす

# 地域包括支援センター よいご案内

## ①お結びカフェ

### ～認知症サポートカフェ～

(担当：認知症推進員 仲宗根)

認知症の方やその家族、また地域の方が集う場です。  
ホッと一息くつろぎながら、認知症について一緒に語り合ってみませんか^^

開催日：毎月第3木曜日

時間：午後3時～午後5時

場所：小祿1652-1 『お結び珈琲<sup>くん</sup>』

参加費：300円

(お飲み物と茶菓子付き)

対象：認知症の方を介護されている方、  
当事者、介護経験者、  
認知症に関心のある方等



## ②認知症特化教室

(担当：認知症推進員 仲宗根)

開催日：8/31 (水)

時間：午後2時30分～午後4時

場所：田原自治会2階

参加費：無料

対象：65歳以上の方

## ③認知症専門相談

(担当：認知症推進員 仲宗根)

認知症に関する相談窓口です。  
相談は無料になります。

開催日：毎月第2土曜日

時間：午前9時～午後1時

場所：那覇市地域包括支援  
センター小祿 事務所内

## ④認知症予防サポーター養成講座 (担当：認知症推進員 仲宗根)



認知症を正しく理解し、当事者の方や家族を見守る、認知症サポーターを増やし、  
安心して暮せるまちを、みんなで作っていくことを目指して開催している講座です。

養成講座希望の方は、包括支援センターまでご一報お願いします。講座開催は無料となります。

## ⑤がんじゅう教室 (担当：保健師 仲地)

65歳以上の方を対象に転倒骨折予防・栄養改善・  
認知症予防・口腔機能向上について学びます。

(9月8日からスタート予定)

## ⑥ボランティア募集 (担当：保健師 仲地)

介護予防教室内での簡単なお手伝いです。

内容：教室の準備・片付け・お茶出し  
・参加者の話し相手など

※ご希望の方は包括支援センター担当まで連絡ください。

連絡先：那覇市地域包括支援センター小祿

TEL：098-858-0096



## 学生ボランティア、来園。



緑寿園だより

夏本番を感じさせる日差しが降りそそぐ、今日この頃！

そんな暑さの中、若さ溢れる学生ボランティアの方々に来園して頂きました。

「KBC学園グループ ビューティーモードカレッジ専修学校」の学生 20 名です。

「福祉美容と地域社会における高齢者への奉仕活動の一環」として

老人福祉施設などでボランティア活動を行っているとのこと。素晴らしい学校ですね。

ボランティアの内容は、「ハンドマッサージ・ネイル・メイク」。

お化粧は久しぶりと恥ずかしそうに施術を受ける利用者様。



そして最後に、サプライズ。学生が皆で「ソーラン節」を披露して頂き、すごく盛り上がりました。

爽やかな風が当施設を吹き抜け、学生の方々の若いエネルギーを

目の当たりにした利用者様の姿も心も若々しく輝いているように感じられました。

## デイサービス 小緑



デイサービス小緑は、「できる喜びを大切に！」、「利用者様にとっての最高の利益」をコンセプトに、昨年 12 月にリニューアルオープンしてから、お蔭様で半年が経過します。

通所サービスは、ご自宅までの送迎、健康チェック、入浴、昼食、機能訓練、レクリエーション等が主な内容で、当事業所には 1 日約 30 名の利用者が、それぞれのペースで活動に参加し、快適に過ごされています。特色としては、園外活動や手工芸、趣味活動にも積極的に力を入れており、本号ではその一部をご紹介します。



『浜下り』を旧暦 3 月 3 日に合わせて実施！  
天気にも恵まれ気持ちよかったです。車内でも盛り上がり、歌を口ずさむ方もいました。

初めての陶芸教室、いざ！お皿作りに挑戦！  
外部講師をお招きし、ご指導いただきました。素敵な作品が完成しました。



デイサービス小緑では随時、見学・一日無料体験を受け付けております。また習字や絵画等を指導して頂けるボランティア講師も募集しております。お気軽にお問い合わせ願います → ☎ 859-3710 担当：徳元/比嘉

# ～受けよう！特定健診～

自分の健康状態を知り、生活習慣病の発症や重症化を予防して、健康でいきいきした生活を送りましょう。

◆平成28年度よりご予約が必要となります。

- ◆実施期間：平成28年4月1日～平成29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（一般健康診査になります）  
保護受給者（生保健診になります）
- 受診の際は『受診券』と『保険証』が必要です。
- 健診当日の受付は月～土曜8：30～10：00までをお願いします。
- 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）

ご予約・お問い合わせ

TEL (098) 857-8713 (担当直通)



## 活動報告

### 法人研究発表会



H28年5月15日は沖縄県医師会館で第2回法人研究発表会が行われました。これは、法人内各部署で関わった事例や問題点などを明らかにし、検討し、実践した内容をまとめて論文として発表することです。そして、発表することで各部署との問題が共有でき、患者へのサービス向上を目指すという目的もあります。

今年は16部署から発表がありましたが、どの部署も日頃患者や利用者に対してどのようにすればより良いケアになるのかを熱心に取り組んでいる様子がわかり、学ぶことの多い内容でした。

また、参加した職員からは、「お互いの部署の取り組みを知り、励みになった」「自分たちの部署の業務改善のヒントが見えてきた、また明日から頑張ろう」というこえが聞かれ、とてもよい発表会になったと思います。



これからもこのような発表会を通して、禄寿会の職員が「一つ一つ丁寧なケア」をめざし、お互いが切磋琢磨できるよう頑張りたいと思います。

学習委員長・看護部 山城 文子

# 健康長寿チェック

## 虚弱チェック

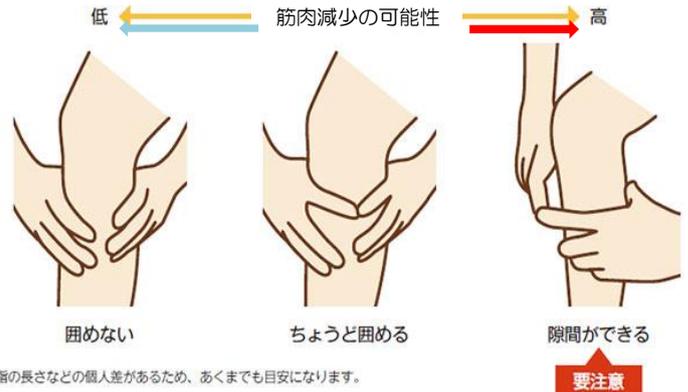
	1点	0点
6ヶ月間で2-3kgの体重減少がありましたか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
以前に比べて歩く速度が遅くなってきたと思いますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
ウォーキング等の運動を週に1回以上していますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
5分前のことが思い出せますか	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ
(ここ2週間)わけもなく疲れたような感じがする	<input type="checkbox"/> はい	<input type="checkbox"/> いいえ

Yamada M & Arai H.JAMDA 2015

各項目1点(最高5点)で、**3点以上で「虚弱」**  
**1-2点で「虚弱予備軍」と**なります。

## 筋肉量チェック 指輪っかテスト

両手の親指と人さし指で輪っかをつくり、  
ふくらはぎの最も太い部分を囲むだけ！



※指の長さなどの個人差があるため、あくまでも目安になります。

筋肉量が減少すると転倒しやすいといわれています。

### 結果はいかがでしたか？

当てはまる方は運動や食事で虚弱・筋肉の減少を予防、改善しましょう！

### ～\*～\*～ 食事相談のご案内 ～\*～\*～

平成28年4月より食事相談できる内容が追加されました。  
嚥んだり・飲み込む機能の低下、低栄養(食欲不振)、がんの食事相談も可能です！

「食欲がない」「何に気を付けたらいいのかわからない」「トロミのつけ方がわからない」  
など聞きたいことがある方は、栄養士・その他スタッフにお気軽にお声掛けください。また、  
在宅で療養中の方でも管理栄養士が訪問して食事内容や調理法などの相談が可能です！  
主治医にご相談下さい。



## 看護師・介護職

## 募集しています！！

“医療法人 禄寿会”で、一緒に働きませんか？  
ライフスタイルにあわせてご相談ください。

- ブランクがあるけど働きたい。
- 夫の扶養の範囲内で働きたい
- 定年しても週に3～4日など無理なく働きたい  
などなど、ご相談ください。

職 種：正看護師・准看護師  
介護福祉士・介護士  
就業場所：小禄病院・禄寿園  
職 種：常勤・非常勤・パート  
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 (人事課)



# 外来診療案内

平成28年 8月 1日

## ■ 診療受付時間

午前：8時30分～11時30迄（診察開始 9時00分より）  
 （眼科：水曜・金曜は受付時間8時30分～11時00迄）  
 午後：13時30分～16時30迄（診察開始 14時00分より）  
 夜間：17時30分～19時30迄（診察開始 18時00分より）  
 （夜間は水曜日と金曜日：内科のみ）

■ 休診日：土曜日午後・日曜・祝日・年末年始（12/31～1/3）

■ 診療科目：内科・呼吸器内科・消化器内科・循環器内科  
 整形外科（予約制）・眼科（予約制）  
 リハビリテーション科・放射線科・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	新城和明	国吉純郎	新城和明	高江洲 良一	新城和明
	第2診察室	古堅 誠 (琉大医師)	高江洲 良一 (高血圧循環器専門外来)	高江洲良一	儀間朝次	国吉純郎	国吉純郎
	第3診察室	宮下富美子	喜友名朋 (琉大医師)	宮下富美子	仲宗根真央 (琉大医師)	宮下富美子	
午後	第1診察室	新城和明 (糖尿病専門外来)	国吉純郎	新城和明	高江洲 良一	金城武士 (琉大医師)	
	第2診察室	儀間朝次	儀間朝次	宮下富美子	宮下富美子	儀間朝次	
	第3診察室					内科医師	
夜間				輪番制		輪番制	

眼科		月	火	水	木	金	土
午前	第1診察室	琉大医師	新城百代	新城百代	新城百代	新城百代	第1, 3, 5 中村秀夫 (硝子体専門外来)
	第2診察室	中村秀夫 (硝子体専門外来)	中村秀夫 (硝子体専門外来)	中村秀夫 (硝子体専門外来)	中村秀夫 (硝子体専門外来)	中村秀夫 (硝子体専門外来)	
午後		検査日・手術日 (中村/新城)	検査日	手術日 (中村/新城)	検査日	検査日・手術日 (中村/新城)	

※眼科は、予約制となっております。  
 ※硝子体専門外来の初診の方は紹介状の提出が必要です。

整形外科		月	火	水	木	金	土
午前							琉大医師
午後					新井弘一		

※整形外科は、全て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		○	○	○	○	○	

## 編集☆後記

暑い夏がやってきましたね。皆さん、“夏バテ”していませんか？我が家、毎日のように実家から夏野菜が届くのですが…。その量が多い（笑）。気付けば、毎日食卓はゴーヤーだらけ。よし！今日もたくさん食べて夏を乗り切るぞ～☆。

広報委員会 事務局

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♪