



医療法人 禄寿会 広報誌

平成29年

新春版

結ゆし

~ゆいゆい~



~目次~

- 新春のあいさつ、
理念・法人方針・患者様の権利・・・2
- 健康フェアの案内・・・3
- 骨密度チェック、病棟案内・・・4
- 介護事業所からの案内・・・5
- 禄寿園だより・・・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

迎春

新年明けましておめでとうございます。

皆様にはさわやかな新春をお迎えのことと心からお慶び申し上げます。

又、旧年中は当法人に賜りました数々のご厚誼とご支援に対し、心より御礼申し上げます。

さて、国の医療費抑制政策によってかなり厳しい医療情勢となってまいりましたが、当法人は地域の共有財産として存在し、皆様へ質の高い医療・介護サービスを提供するため日々研鑽を積んでまいりました。そして、病院における通常診療、介護施設における介護サービスの他、地域に出ていく医療として訪問診療、訪問看護・介護、訪問リハビリ、訪問栄養指導など在宅における医療・介護を展開してきました。これは、皆様の生活の中で皆様の健康を守ることにより、安心して暮らせる地域づくりの一助になればとの強い思いもあって取り組んできた事です。

新しい年を迎え、今後とも地域の皆様との信頼関係を育みつつ、地域と共に歩む医療機関として歩み続けることを目標に職員一同精進してまいりたいと思っておりますので、本年も更なるご指導、ご鞭撻をよろしくお願い申し上げます。新年のご挨拶とさせていただきます。



平成29年1月吉日

医療法人禄寿会
理事長 高江洲良一

理念

医療法人禄寿会は、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、心がか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。

禄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または断る権利を有する。

健康について見直す機会に！

小禄病院は今年も、「おきぎん小禄支店」並びに「イオン那覇店」におきまして地域の皆様の健康管理のお手伝いのため「健康相談フェア」を実施します。

ご自身の健康状態を知り、日々の生活習慣を振り返るチャンスにしませんか。

是非、お近くにお立ち寄りの際は、『健康相談フェア』へのご参加をお待ちしております。

健康な毎日への第一歩

小禄病院より出張

健康チェック👉相談フェア

ご自身のお体で、気になることはありませんか？

無料測定



測定時間：5分程度

血管の硬さから
『血管年齢』を測定します。

生活習慣病の予防・改善に
測定してみませんか？



日 平成29年2月15(水)

時間 午前10時～12時

場所 おきぎん 小禄支店 待合ロビー

ぜひお気軽にお越しください

お問合せ先



医療法人 禄寿会

小禄病院

那覇市字小禄547番地の1

電話：098(857)1789

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

小禄病院は高血圧、糖尿病、脂質異常症の診療や教育入院、予防に力を入れております

骨粗鬆症

セルフチェック!



今や骨粗鬆症を抱える方は1000万人を超えているといわれています。特に女性は男性の4倍以上もなりやすいこの病気は、様々な方法で簡易定期的な診断予測ができるのです。骨粗鬆症になりやすい度合いをチェックして当てはまる項目を数えてみましょう。

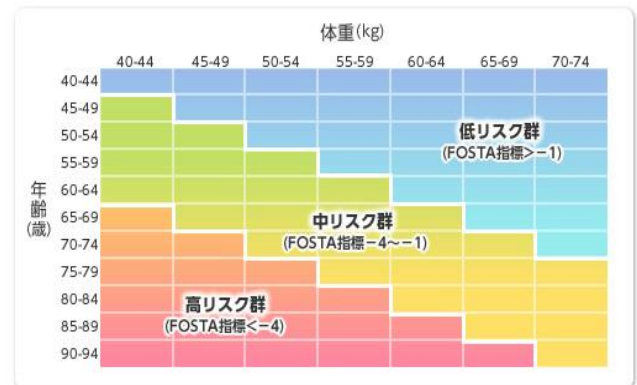
<骨粗鬆症チェック①>

- 1. 牛乳が嫌い
- 2. お酒はたくさん飲む
- 3. タバコを吸う
- 4. 運動は全くしない
- 5. 最近、食事を制限するダイエットをした
- 6. カップラーメンが大好き
- 7. 家族に骨粗鬆症と診断された人がいる
- 8. 豆腐や小魚が嫌い
- 9. 外出は減多にしない
- 10. 閉経をむかえた
- 11. 女性である
- 12. 男性で70歳を過ぎている

<骨粗鬆症チェック②>

「FOSTA (骨粗鬆症リスク評価ツール)」

$$\text{FOSTA} = [\text{体重(kg)} - \text{年齢(歳)}] \times 0.2$$



結果は...?

さて、いくつ当てはまりましたか?

当てはまった数であなたの骨粗鬆症危険度をセルフチェックしましょう。

あくまでも参考値ですが、これを機に食生活の改善や、詳しい検査・診察を受けるなどの目安にしましょう。



12-8 危険度大

7-4 危険度中

3以下 危険度小

〔*あくまで参考までに。〕

縁の下の力持ち!!

当院4階は急性期の患者さんの治療を行っている病棟です。入院中の患者様の中には、高齢な方や病気や治療のために身の回りの事ができない方が多くいらっしゃいます。その為、看護師はもちろん看護補助員の力が必要となっています。安心して療養ができるように生活基本動作や日常生活援助について学びを深め、ケア技術の向上をめざすことに力を入れています。勉強会では外部講師をお招きし、講義・講習を行うなど様々な取り組みが定期行われています。



平成28年12月18日に行われた研修・発表会の様子

介護でお悩みのことはありませんか？

私たち禄寿会は、小禄病院、介護老人保健施設や様々な在宅介護サービスで地域のみなさまに安心・安全な医療・福祉を展開いたします。

小禄居宅介護支援事業所



朝のラジオ体操の光景です♪

新年あけましておめでとうございます。

皆様におかれましてはお健やかに新しい年をお迎えることとお慶び申し上げます。今後とも安心して介護サービスを利用し、住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、お手伝い致したいと思っておりますので、お気軽にお立ち寄り下さい。

＜業務内容＞



- ・介護保険の相談や申請手続きの代行
- ・介護サービスの連絡調整
- ・在宅介護における悩み相談(制度・介護方法)
- ・居宅介護サービス計画(ケアプラン)の作成
- ・市(保険者)、保険医療、福祉サービス機関との連絡調整

＜相談対象区域＞ *那覇市 *豊見城市

ヘルパーステーション小禄

29年度の目標として研修会や勉強会に力を入れ、ヘルパー1人ひとりのスキルアップ、レベルアップを目指し、利用者様へより良いサービスの提供を心がけていきます。



～事業内容～

家事全般(掃除・洗濯・調理・買い物等)
身体的介助(入浴・清拭・オムツ交換・移乗介助等)
予防訪問介護・訪問介護の他に居宅介護・重度訪問介護同行援護、また、保険サービス以外で自費サービスも行っています。

介護でお困りの際は、お気軽にお問合せ下さい。
お問合せ：857-6205

デイサービス小禄



旧年中は格別のご厚情を賜りまして、誠にありがとうございました。お蔭様でデイサービス小禄は、リニューアルオープンから1周年を迎えます。これからも「できる喜び」を大切に、利用者様にとってのベネフィット(幸福につながる利益)を考え、利用者様本位の介護サービスに尽力して参ります。利用者様、ご家族様、関係機関、そして地域の皆様、どうぞ本年も変わらぬお引き立てを賜りますよう、職員一同心よりお願い申し上げますと共に、皆様方のご健康とご発展をお祈り申し上げます。



デイサービス小禄では随時、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、介護職員も募集しております。お気軽にお問合せ願います。

→☎859-3710 担当：徳元・比嘉

1キロ減らす！を目指して

12月というのに28℃！冬なのに真夏の様な暑さ(ー_ー)!!
「第32回那覇マラソン」 駅伝部の活躍する時がきました!!

禄寿園職員の健康促進、そして「1kg減らす」をめざして駅伝部を今年4月に発足。徐々にではありますが大会に参加しています。

今回の那覇マラソン、53%という例年を下回る完走率。沿道の応援に後押しもありましたが、一番は、「禄寿園の皆さんにメダルと賞状を見せる!! 喜ぶ顔を見たい!!」が重たい脚を動かしてくれました。無事に完走!! ギリギリに完走!

今後もいろんな大会で良い成績を残せるようトレーニングを積み重ね、職員全員参加できるように禄寿園駅伝部がんばっていきます。



禄寿園だよ!



禄寿会 介護部門の様子は、ブログでもお届け中!

[URL]<http://rokujukai915.ti-da.net/>

ぜひぜひ、覗いてみてください。お待ちしております♪



～医療安全について考える会～

去る9月27日(火)18時から医療安全研修会を開催しました。当院をご利用される患者様へ安全な医療を提供できるようにと全職員を対象に年2回の研修会を開催しています。今回は、各部署からのインシデント報告書の提出を目的に、部署の事例報告をしました。どのような予測や対応が可能か様々な視点から考えることができ、また活発な意見が交わされ、有意義な研修会となりました。

報告内容として、

- ①点滴漏れの事例を通して
- ②安全な看護の提供の取り組み
- ③外来での注射指示の受け方について
- ④レセプト請求について
- ⑤個人情報の取り扱いのあり方
- ⑥地域連携室内での情報共有について
- ⑦安全・安心な医療提供のできる環境づくり など



医療対策安全委員会





「平成27年度」鹿児島県地域医療連携推進委員会・生涯学習推進委員会・健康増進システムに採れる管理栄養士リーダー養成講座

1日に摂りたい食品のめやす

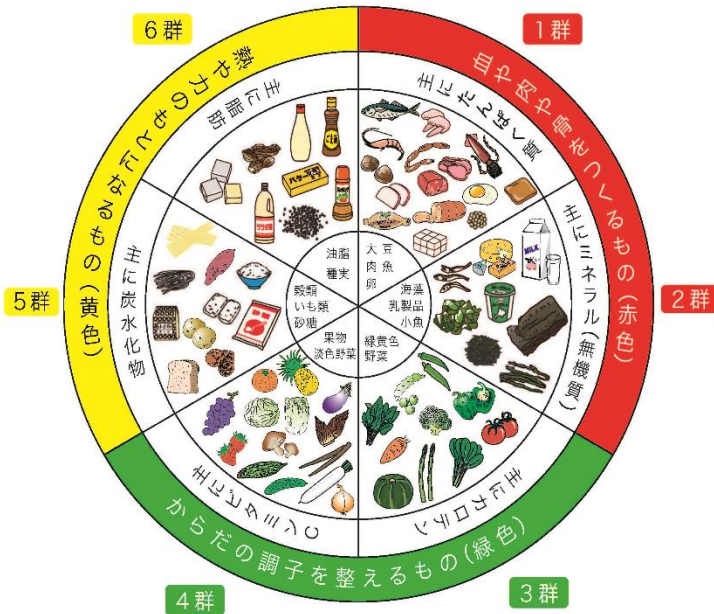
私たちが健康な生活を送るためには、栄養バランスの良い食事を適量とることが大切です。

6つの基礎食品

食品に含まれている栄養素の特徴から1～6群に分類し、各群から少なくとも2～3品を上手に組み合わせると、必要な栄養素をバランスよくとることができます。

手ばかり栄養法

1日に必要な食品の目安量を、自分の手指を使って簡単にはかることができます。



1日にこれだけは食べましょう

しっかりと食べる
魚 肉 たまご とうふ

たっぷり食べる
両手1杯の 緑黄色野菜 両手2杯の その他の野菜 (海そう・きのこ・こんにゃく)

ほどほどに食べる
大豆し指と 親指の 輪の中に入る 果物類

その他に
ごはん 牛乳 手 じゃがいも 200ml 中1個くらい

気をつけましょう

お菓子～どれがひとつ～
和菓子 (おまんじゅう等) 洋菓子 (ケーキ等) スナック菓子 (ポテトチップス等)
人差し指と 親指の 輪の中に入る 片手の 手のひらにのる 片手にのる

お酒～どれがひとつ～
ビール プランデー ウイスキー 日本酒 ライム
～量は百圓の長、度が過ぎれば毒～

©ヘルスプランニング・あいり 2004

公益社団法人 沖縄県栄養士会

(腎臓病など食事療法が必要な方は医療機関等に相談して下さい。)

食事会や外食の多い年末年始でカロリーオーバーになっていませんか？体重増加ということにならないように摂取カロリーを意識するなどして、この機会に日頃の食事習慣を振り返り、少し食べ方を見直してみませんか？ぜひ、参考にしてみてくださいね。

今年も食を通じて皆さまの一年がより良い年となりますように、食べることの大切さ・素晴らしさをお伝えできればと思います。

禄寿会 栄養士一同

エレベーター取替工事終了のお知らせ

昨年10月末より開始しましたエレベーターの取替工事は、同年12月末に那覇市の主事検査を終え、真新しいエレベーターに生まれ替わりました。工事期間中、当院をご利用の皆様方には大変ご不便をおかけしましたが、皆様のご理解とご協力をもちまして無事終了することが出来ました。有難うございました。今後とも、安全に安心して施設が利用できるよう心がけてまいります。



外 来 診 療 案 内

平成29年 1月 18日現在

■ 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)・旧盆 (ウークイ)

■ 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 | 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 |
| | 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 | 西山 真央 (琉大医師) | 宮下富美子 | 高江洲 良一 |
| 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 | | | | 東新川実和 (琉大医師) | | 輪番制 | |

| 眼 科 | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|--------|-------|--------------------|-------------------|-------------------|-------------------|--------------------|--|
| 午 前 | 第1診察室 | 宮良 孝子 | 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, 4 新城百代 |
| | 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 | | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | |



医療法人 禄寿会 那覇市字小禄547番地の1 電話番号：857-1789 (代)

編集・後記

あけましておめでとうございます。禄寿会は今年も病院部門・介護部門、一丸となり、地域の皆さんの健康をお守りできるようがんばっていきたくと思います。また、皆さんが楽しく読んで頂ける広報誌作りをしていきたくと思います。

皆さんにとって本年も素晴らしい年となりますように。 広報委員会一同

医療法人 禄寿会

検索

<http://rokujukai.or.jp>



ホームページからも、お楽しみいただけます♪