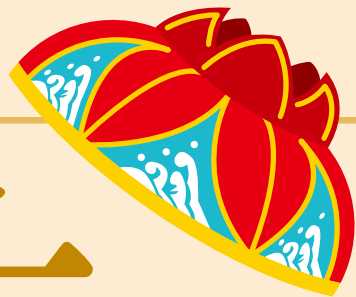




医療法人 禄寿会

ゆいゆい



CONTENTS

2 医療法人禄寿会

30周年

6 ピロリ菌について

8 たかが送迎、されど送迎！

9 言語聴覚士が教える嚥下体操

10 インフルエンザ感染症の予防には

11 小禄居宅介護支援事業所

12 禄寿園だより

13 栄養科通信

14 地域交流夕涼み会のご案内／ INFORMATION

15 医事課窓口 Q & A ／ 求人募集

結

ゆい

令和元年

秋 版



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。



30年の歩み

1984年 5月 小禄内科医院開設
(昭和59年)

1985年 7月 小禄内科医院を小禄病院へ改称
(昭和60年)

1989年 10月 医療法人禄寿会設立
(平成元年)

1991年 10月 小禄病院新築移転(2棟75床)(現在的那覇市字小禄547番地1)
(平成3年) 老人保健施設禄寿園開設(病院5・6階)(入所80床・通所定員10名)

1993年 8月 特例許可老人病院入院医療管理承認(1棟54床)
(平成5年) 病床区分変更(特例許可老人45床・一般25床)

1995年 10月 医薬分業開始(院外処方発行)
(平成7年)

1999年 5月 療養型病床群へ転換(1棟45床)
(平成11年) 病床区分変更(療養45床・一般25床)

2000年 3月 眼科外来開設
(平成12年)

2003年 4月 高江洲良一が病院長に就任
(平成15年) **8月** 療養病床を一般病床へ転換(一般2棟70床)

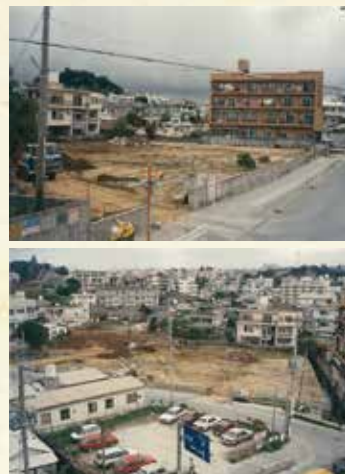
2004年 4月 ファミリークリニック小禄開院(病院小児科分離)
(平成16年) **12月** 介護老人保健施設禄寿園新築移転(現在の小禄1丁目30番45号)

2006年 2月 夜間診療開始
(平成18年) **4月** 一般病棟10対1届出(2棟70床)(報酬改定)

2008年 3月 一般病棟7対1届出(2棟70床)
(平成20年) **5月** 病歴管理室業務開始(診療録管理体制)
7月 医療用画像管理システムPACS導入
8月 亜急性期入院医療管理料届出(2室10床)
病床機能再編(一般60床・亜急性期10床)



小禄内科医院



当時の小禄三叉路



当時、最新の設備を有した
クリーンルーム



小禄病院新築移転



小禄病院落成披露祝賀会



開院当時の看護職員の皆さん



介護老人保健施設禄寿園新築移転

2010年 1月 医療法人緑寿会広報誌「結ゆい」創刊
(平成22年) 6月 医師事務作業補助業務開始
7月 診断群分類別包括支払制度(DPC/PDPS)導入
8月 NST(栄養サポートチーム)開始

広報誌→
「結ゆい」創刊

2011年 2月 ホームページリニューアル
(平成23年) 3月 内視鏡画像PACS化開始
8月 禁煙外来開設
11月 住宅型有料老人ホームうるく開設(病院6階)

2012年 4月 高江洲良一が理事長に就任(病院長兼務)
(平成24年)

2013年 2月 病院機能評価認定
(平成25年) 4月 新城和明が病院長に就任

2014年 1月 光勧奨断層計(OCT)導入
(平成26年) 10月 在宅療養支援病院届出
地域包括ケア病棟入院料届出
病床機能再編(一般47床・地域包括23床)
小緑病院通所リハビリテーション開設(病院7階)

2015年 2月 第1回緑寿会法人研究発表会(医療介護部門合同開催)
(平成27年) 10月 デイサービス小緑開設(病院7階)
小緑病院通所リハビリテーション閉所
12月 病院5階改修工事着手(県基盤整備事業補助金対象)

2016年 4月 地域包括ケア病棟移設(病院5階)
(平成28年) 病床機能再編(一般40床・地域包括30床)
8月 硝子体専門外来スタート
眼科外来移設(病院2階)

2017年 1月 住宅型有料老人ホームうるく閉所
(平成29年) 2月 一般病棟10対1届出(1棟40床)
5月 広報誌「結ゆい」全面リニューアル
7月 病院6階改修工事着手
10月 人間ドック健診フロア開設(病院6階)
内視鏡室移設(病院6階)

2018年 2月 電子カルテシステム本稼働
(平成30年) 4月 生活習慣病予防健診受託(協会けんぽ)
6月 急性期一般入院料4届出(上位基準変更)
地域包括ケア病棟入院料1届出(上位基準変更)
11月 おなか専門外来スタート
医療機関外巡回診療予防接種事業実施

2019年 4月 特定保健指導の実施本稼働
(令和元年)



←広報誌「結ゆい」
リニューアル



第1回緑寿会法人研究発表会



デイサービス小緑開設



眼科手術



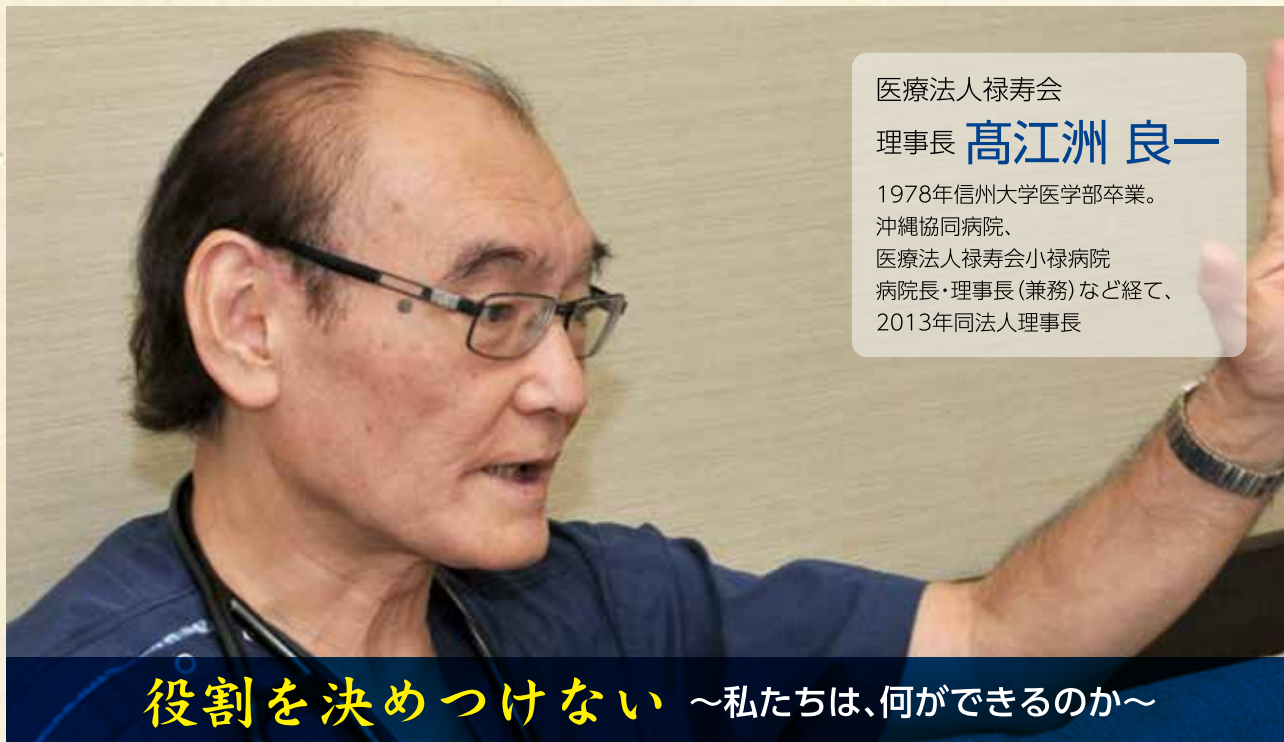
内視鏡室移設



電子カルテ導入デモ



医療法人緑寿会小禄病院は、1984年小禄内科医院開設さらに1989年医療法人化して以来、病院を地域の共有財産と位置づけ「地域と共に歩む医療・福祉」を目指して常に最善の医療・介護・福祉サービスの提供に尽力して参りました。今回は、これまでの歩みを振り返りつつ、病院の将来像について高江洲理事長と新城院長にお伺いしました。



医療法人緑寿会

理事長 **高江洲 良一**

1978年信州大学医学部卒業。
沖縄協同病院、
医療法人緑寿会小禄病院
病院長・理事長(兼務)など経て、
2013年同法人理事長

役割を決めつけない ～私たちは、何ができるのか～

中高校時代は吹奏楽に熱心で、社会人になっても医師の傍ら吹奏楽活動も続けていましたが、とある演奏会で一緒だった吹奏楽部の大先輩からの誘いがきっかけで、小禄病院に赴任したのが今から16年前のことでした。当時、介護保険制度がスタートして3年程経っていましたが、緑寿会は既に老人保健施設以外にも幾つかの介護事業所を運営していました。この医療と介護サービスが連動する提供体制であったことは、研修医だった頃から続けている在宅医療への思いと繋がり、非常に魅力を感じたことを覚えています。

就任以降も、在宅医療を通して多くの経験や学びを得てきました。まだ入居施設は少なく、ご自宅への訪問診療がほとんどだった頃、勧められた食事を食べ終わらなければ診察させて頂けなかった事や、人工呼吸器装着の状態で入院療養中であつた離島在住の方から、最期は自宅での希望に、ご自宅まで付き添ってお送りした事など、一つ一つの出来事は、患者さんの人生から学ぶ「根ざした医療」であり、病院のあるべき姿、進むべき方向につ

いての基盤になっています。

一例として、高齢世帯や核家族が年々増え、介護力不足が深刻になって行く中、在宅療養を包括的に支えるチーム医療の取組みを通して、互いの理解や共に人を支えているという意識が徐々に浸透しているのを実感しています。この意識は、小禄病院の主軸である急性期から回復期の入院医療や、外来医療の生活習慣病治療管理の場面でも働いており、何が必要で何ができるのかを考え、必要だと判断すれば、時には役割と異なるアプローチで介入することで状況が改善に向かうケースも増えています。

小禄病院は、今後も行き届いた声掛けや配慮など、気軽に利用することができる身近な医療機関を追求していくことが求められるでしょう。そのためには、幅広い診療、初期救急に対応でき、チーム医療を展開する医師、お互い理解し合い、共通の意識を持ちながら専門性を発揮できる医療スタッフが不可欠であり、それを日常的な医療として実践していくことが「地域の共有財産」としての役割を果たせるのです。

医療法人禄寿会小禄病院
病院長 **新城 和明**

1982年神戸大学医学部卒業。
五木田病院(京都市)、
沖縄協同病院、
医療法人禄寿会小禄病院副院長、
など経て、2013年同病院病院長



継続が地域医療の根幹 ～目的を達成するために何をすべきか～

私は、今から11年前、高江洲理事長からのお声掛けがあり小禄病院に赴任しました。当時、豊見城市内の診療所に勤めており主な連携先は近隣病院だったので、小禄病院の印象は慢性期医療でゆったりと診療しているイメージでした。ところが、赴任してすぐに内科医の退職と急性期病床への転換が重なったため、入院・外来の通常診療に加え、頻繁な日当直勤務という繁忙の時が急に来た、というのが入職当初の感想でした。それから多方面のご協力を頂き、医師の充足が出来たことで慢性的な医師不足は徐々に解消されてきましたが、この経験は、病院管理者としての基本的な考え方に繋がっています。

入職5年後の病院長就任以降は、急性期の入院医療、生活習慣病治療管理の外来医療を維持しつつ、地域包括ケア病棟開設、地域医療部の立ち上げによる訪問診療、訪問看護等の在宅医療を充実、病院内にデイサービス事業所も開所し、自宅療養の支援機能を強化してきました。予防医療ではドック

健診フロアを新設し、健診機能を外来部門から独立、さらに病院外での巡回予防接種も実施するなど柔軟な対応ができる体制整備を行いました。その間医療制度は、医療・介護・予防などの支援が一体的に提供される仕組みづくりが進んでおり、開設以来の地域医療ニーズに真摯に応え、充実させていくことが、必然的に診療報酬を含む医療制度の方向性に沿っているという状況にあります。

その結果、医業収益は現在に至るまで順調な成長を示しています。これを支えているのは病院全職員であり、将来においても人々の生活が営まれるあらゆる場で、そこに生じている利用者のニーズに対し、責任を持って問題解決していく能力を育む環境を整える事、医師をはじめ限られた医療スタッフで、お互いに理解し合い、共通の目的に向かって、如何に効率的・効果的に医療サービスを提供するか、かつ安定的な病院運営をすることができかを常に考える事、これが今後の小禄病院の最大課題であり目標と考えています。

医療法人禄寿会小禄病院が30周年を迎えられたのも、地域住民の方々や地域診療所の先生方、近隣病院の皆様方、さらには法人存続にご尽力頂いた皆様方のご協力の賜で御座います。今後も、より充実した医療活動を展開しつつ、将来の医業維持継続に努力致します。皆様方の変わらぬご支援、ご指導の程よろしくお願い申し上げます。

医療法人禄寿会 理事長 **高江洲 良一** 小禄病院 病院長 **新城 和明**



ピロリ菌

1 ピロリ菌とは？

Helicobacter pylori (ヘリコバクターピロリ) は1980年台前半に発見された、胃の粘膜に生息するらせん型の細菌です。かつて、胃の中は強い胃酸の存在により細菌は生きられないと考えられていましたが、胃酸を中和するアンモニアを自ら作り出して強酸の中で生存するピロリ菌を、オーストラリアの医師であるウォーレン先生とマーシャル先生の二人が発見しました。マーシャル先生は自らピロリ菌を飲み込み自分の体に急性胃粘膜障害を発生させる実験を成功させ、ピロリ菌が胃炎を引き起こす事を証明したことは有名な話です。二人は胃炎の原因を解明したその功績により

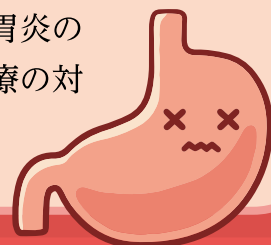
2005年にノーベル医学生理学賞を受賞しました。

ピロリ菌は自然界には水中(井戸水・川など)に存在しており、免疫力が未発達な幼少期に口から体内に入り胃の中に持続的に棲みつくとされ、その後の新規感染は稀であると推定されています。近年は衛生環境の向上により若年者のピロリ菌感染率はどんどん低下しており、年齢が高いほどピロリ菌感染の可能性が高く感染率は生誕年に依存していると言われています。また、唾液を介した家族内感染も推定されており、「保護者が子供に離乳食などを嚙んで与える、口うつしで与える行為」などが考えられています。

2 慢性胃炎や胃・十二指腸潰瘍、胃がんの原因

胃・十二指腸潰瘍の原因というストレスや暴飲暴食・喫煙などをまず想像される方もいらっしゃるかもしれませんが、それらはピロリ菌の感染が前提であり、潰瘍はピロリ菌と解熱鎮痛薬(アスピリンなど)の2つが原因として集約されます。また、日本人の胃がんの9割はピロリ菌が原因とされ、1994年にWHO(世界保健機関)

の一機関であるIARC(国際がん研究機関)はピロリ菌を「グループ1: 確実な発がん因子」と認定しています。これを受け、日本では2000年から胃・十二指腸潰瘍の患者さんへのピロリ除菌治療が保険適応となり、2013年からはすべての慢性胃炎の患者さんが除菌治療の対象となりました。





3 ピロリ菌感染の診断方法

内視鏡を必要とせず呼気・血液・尿・便を調べる方法や、内視鏡で胃の組織を採取する検査などいくつか方法がありますが、呼気や血液を調べる方法が簡便でよく用いられています。ただ

し、保険診療においては適応となる疾患(胃・十二指腸潰瘍、内視鏡検査で確認された慢性胃炎、その他)が確認されなければ検査はできません。

4 ピロリ菌の除菌

胃酸を抑える薬と抗生物質2種類の3剤を7日間服用します。抗生物質が大量に入っていますので、発疹など薬剤のアレルギー反応や下痢・軟便、味覚異常・口内炎などの副作用に注意が必要です。1回目の治療でおおよそ90%は除菌成功に至りますが、不成

功であった場合は薬の種類を変えて2回目の治療(二次除菌)を行います。保険診療でできるのは二次除菌までとなっています。また、治療後は適切な時期に適切な検査で除菌できたかどうかの検査を受けていただく事が重要です。

5 除菌後の注意

ピロリ菌を除菌することにより、胃がんの発生率が約1/3に減少すると言われていますが、ゼロになったわけではありません。また、胃炎が改善し

て胃酸の分泌がよくなった結果、逆流性食道炎になることもありえますので、定期的な内視鏡検査による経過観察が推奨されています。

当院にてもピロリ菌の検査および除菌が可能です。
症状・検査については、ご受診の上、医師へご相談ください。
【お問い合わせ先】小祿病院 ☎098-857-1789



たかが送迎、 されど送迎！

地域医療部 地域連携室 仲吉 良純

離島の患者様を対象に 那覇空港への送迎や那覇港へのお迎えを行っております。

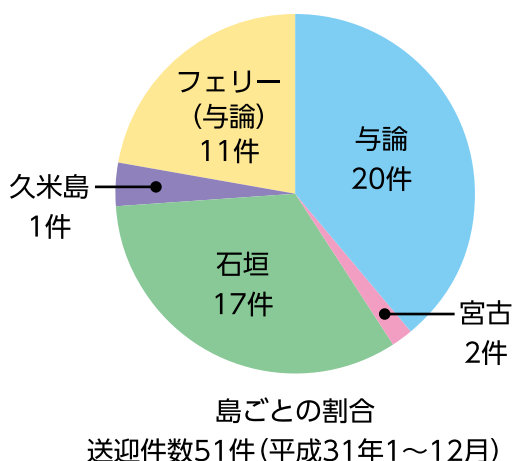
当院眼科では10年前より本島南部地区・離島の患者様を積極的に受け入れている為の広報活動を行ってきました。その一環として離島の患者様を対象に希望があれば地域連携室で送迎の対応を行っております。那覇空港への送迎や那覇港へのお迎えを行っております。

患者様の多くは白内障手術・硝子体手術入院目的であり、ご年配の患者様が大半をしめています。

患者様の中にはご家族様が付き添う事が出来ず、おひとりで来られる方もいらっしゃいます。知り合いもいない土地へ手術入院の為来られるのは大変不安な事だと思います。そんな中でのこの送迎は大変喜ばれております。

送迎車中ではよく患者様から「送迎してもらってとても助かります、ありがとう」とお言葉を頂きます。また、送迎時間は約10～15分程度ですが少しでも安心して頂こうと思い、なるべくこちらから「飛行機(船)は揺れましたか」、「島は暑いですか」、「この前の台風は大変でしたか」とお声掛けを心掛けています。その中で島の事を色々教えて頂いたり、「沖縄は都会だねえ、すごいねえ」とほっこりさせられたりする事も良くあります。

地域連携室では患者様が安心して入院生活を送れるよう、微力ではございますが、これからも丁寧に送迎対応をさせて頂きたいと思っております。



<空港>

到着時間が遅れている時は到着ロビーの水槽を眺めたり、4階の無料展望デッキで離着陸の様子を眺めたりして、ご到着をお待ちしております



<港> 狭い湾内で大きな船を反転させ接岸させるさまは圧巻です

言語聴覚士が
教える

えん げ たい そう 嚥下体操

リハビリ：監修
言語聴覚士
野波 博



～毎日おいしくごはんを食べよう！～

① 前準備

椅子に
腰かけて、
背筋を
伸ばします。

足底は
しっかりと
床に
つけます。



② リラックス

深呼吸



大きく
ゆっくりと
おこないます

肩の体操



肩を
上下に 10 回
動かします

背筋・腕の体操



背伸びをして
左右に
5 回傾けます

首の体操

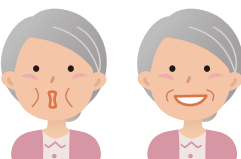


首を前後左右へ傾けます
次に
ゆっくり
まわします
それぞれ 5 回行います

③ 摂食・嚥下体操

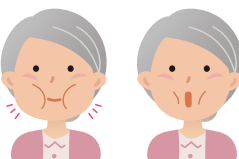
唇の体操

① 「ウー」「イー」と
5 回発音します



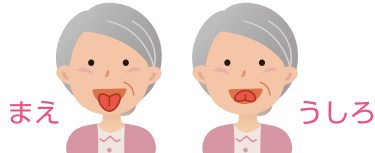
頬の体操

② 5 回ふくらませたり、
へこませます

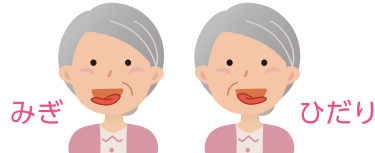


舌の体操

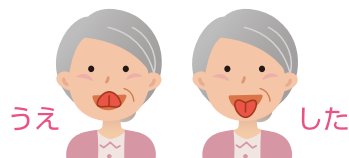
③ 5 回前後に
動かします



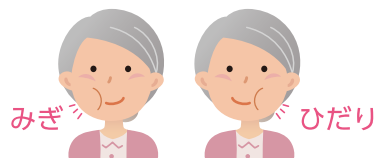
④ 5 回左右に
動かします



⑤ 5 回上下に
動かします



⑥ 5 回左右の
ほっぺた
を押します



④ 唾液飲み訓練

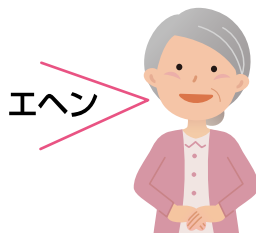
ゴクリ



30 秒間にできるだけ
唾液を飲み込みます。

⑤ 咳ばらい訓練

エヘン



お腹をおさえて
「エヘン」と
咳ばらいをします。

⑥ 構音訓練

ごはんをしっかりと噛み、
飲み込みをスムーズに
行うための訓練です。



ぱ・ん・だ・が・こ・ろ・ん・だ

という言葉
10 回ずつはっきりと発音します。

インフルエンザ 感染症の予防には

毎年、12月から翌年2月にかけて全国で流行のピークを迎えますが沖縄県内では通年的に流行傾向にあります。インフルエンザウイルスに感染すると24時間程度潜伏した後、急激にウイルスが増殖し感染2日後にピークとなりおよそ6日後に消失します。

(感染から2～5日間は感染源となります)



薬剤科 石岡 利也

- インフルエンザウイルス感染症は接触飛沫感染であり空気感染ではありませんが、そのウイルスは湿度が高いと1m程度の範囲でしか飛散しませんが乾燥すると5～7m程度飛散します。
- 体から出たウイルスは8～12時間程度生存し乾燥していると24時間以上生存することもあります。
- 眼・鼻腔・口腔粘膜などよりウイルスが取り込まれ付着してから5～10分で体内に取り込まれる為、うがいは大きな予防にはなりませんが、手洗いなどは習慣的に行う事は大切です。

これらの事から、インフルエンザ感染症の予防にはワクチン接種が一番効果的で確実性が高いです。ワクチンの効果が現れるまでは2～4週間程度かかりますが、効果は4～5カ月程持続します。



ただし、ワクチン接種は100%の予防ではありませんので「マスクの着用」や「人混みを避ける」などインフルエンザシーズンに入ったら普段の心掛けが大切です。

2019/2020冬シーズンインフルエンザワクチン株 4株混合

・A型/Brisbane(ブリスベン)/02/2018(IVR-190)(H1N1)pdm09

・A型/Kansas(カンザス)/14/2017(X-327)(H3N2)

・B型/Phuket(プーケット)/3073/2013(山形系統)

・B型/Maryland(メリーランド)/15/2016(NYMC BX-69A)(ビクトリア系統)

情報元:<https://www.cdc.gov/mmwr/preview/mmwrhtml/rr5707a1.htm>
https://www.mhlw.go.jp/stf/shingi2/0000203023_00001.html

介護の事でお困りの事がございましたら お気軽にご相談下さい



小禄居宅介護支援事業所 は、介護支援専門員(女性4名、男性3名)、
事務員(1名)の計8名で運営しております。

法人の母体である小禄病院に隣接しており、連携がとりやすい環境にあります。また、地域の幹線道路に面しており、飛び込みでの相談も受けやすい立地にあります。

当事業所では、在宅の要介護者が適切に介護サービスを利用できるよう、介護支援専門員(ケアマネージャー)が在籍し、要介護認定の申請のお手伝いや利用者様(要支援・要介護認定者)の居宅サービス計画(ケアプラン)を利用者様やご家族の立場になって作成をお手伝いしています。

ケアマネージャーの一ヶ月の大まかな業務内容

随時

- 電話相談
- 医療との連携(主治医意見書記入依頼など)
- 入院、入所施設との連携(ムンテラ・カンファ参加)
- 来所相談(介護保険申請の相談含む)



月初め

- 介護保険更新申請
- 給付管理業務(サービス利用実績を確認、利用者負担額の計算を行う)
- 訪問調整



中旬・下旬

- 利用者様宅へモニタリング訪問
(サービス実施状況や満足度、身体及び生活状況、新たな問題が発生していないか等の確認)
- 介護保険の更新結果に伴う業務、利用者様の認定状況を確認し、ケアプランを作成し、利用しているサービス事業所を皆集めて担当者会議を開催、行政(保護課)包括との連携
- 事業者との情報交換



月末

- モニタリング実施、記録
- 各サービス事業者との連絡、調整
- サービス提供票の作成、翌月のサービス提供票を作成し、各事業所に配布



日頃は地域の居宅介護支援事業所との合同の研修を開催したり、様々な研修に参加し、知識及び技術の向上にも努めています。

介護予防でちゃーがんじゅー！

利用者様の声を頂きました♪



介護予防教室でお世話になっております。比嘉と申します。宜しくお願い致します。この度、広報誌ゆいに寄稿する機会を得ましたので、リハビリの状況や日頃感じている事を綴ってみたいと思います。

朝、送迎車で禄寿園に到着するとスタッフが明るい挨拶で迎えてくれます。比処には、1階に通所リハビリテーション(要介護・要支援)、2,3階に療養室、地下には調理場等があります。要介護室は日当たりの良い広い部屋で、60余の利用者がリハビリに励んでおります。多種多様なリハビリ専用機器が設置されており、人気コーナーは順番待ちで皆様真剣です。介護予防室は、これに準じたそれなりの部屋です。小生のクラスは利用者15名余で活発な姉さんが多く賑やかです。

さて、所定の席に着くと水分を補給して体温、血圧、脈拍をチェックします。各自の個別機能訓練記録表には日付、曜日、名前を脳トレに兼ねて自身で記入させます。ラジオ体操で身体をほぐしたら、理学療法士や介護士の指導でマシンを使ってリハビリを始めます。杖を置いたまま勝手に歩き回ると、厳しい注意を受けます。転倒やしりもち事故を見聞きしているのでお互い自重したいものです。歩行訓練にはいろいろありますが、職員とのマンツーマンで、園内の平地、坂道、砂利、階段を足許を意識しながら歩く運動は効果を感じます。パートナーとの何気ない会話が楽しみです。この後、整理体操と食事前の口腔体操をしてリハビリは終了します。

昼食は美味しい献立が楽しみで、おかげさまでウエスト周りが気になっています。時間が足りない充実感と程よい疲労感が明日への活力へ繋がります。今では比処は、抱えている心身の痛みを忘れさせる癒しの空間になっております。

ところで、人は誰でも健康で生涯を全うしたいと願います。たとえ叶わなくても最新の医学とリハビリの努力で、元の生活の一部でも取り戻すことは要ではありません。リハビリは嘘をつかないとか。小生の実感です。縁あって禄寿園を利用している仲間の皆さん。あきらめずにリハビリを頑張りましょう。

比嘉 騎一郎

施設ご利用者様より、お言葉を頂き、職員一同励みになります。日々当施設をご利用される皆様が、リハビリや諸活動を通して楽しく過ごし、生きがいや活動意欲の向上に繋がれば幸いです。これからも地域になくてはならない施設を目指し日々努力します。

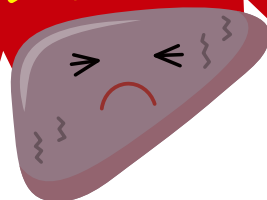
随時体験や新規ご利用者を受け付けております。お気軽にお問合せ下さい。

介護老人保健施設 禄寿園 ☎098-857-6225 (相談員 武富)

沖縄は アルコール性肝疾患の死亡率

(飲酒による「肝硬変」になる人が全国の2倍です)
(糖尿病死亡率 女性ワースト1位・男性6位)

男女とも
全国ワースト1位



不適切な飲酒は

- 高血圧・脂質異常症・肥満・糖尿病・痛風など生活習慣病のリスクを高めます。
- 慢性的・大量の飲酒は脳萎縮を引き起こすと言われ、頭部MRIを用いたアルコール依存症者への調査では、実年齢より約20～30年脳萎縮が進行しており、しかも20歳代から脳萎縮が進行！
→ 認知症のリスクアップ
- 近年、アルコール依存症には女性や高齢者も増えています。
- アルコールと関係するがんは、口腔がん、咽頭癌、食道がん、大腸がん、肝臓がんがあります。

アルコール摂取チェック

1. あなたはアルコール含有飲料をどのくらいの頻度で飲みますか？

0. 飲まない 1. 1ヵ月に1度以下 2. 1ヵ月に2～4度 3. 1週間に2～3度 4. 1週間に4度以上

2. 飲酒するときには、通常純アルコール換算でどのくらいの量を飲みますか？

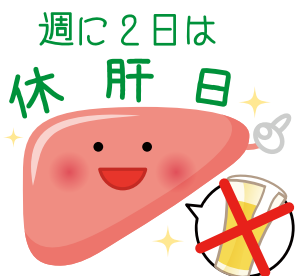
ただし、ビール中びん1本=20g、日本酒1合(180ml)=22g、ウイスキーダブル(60ml)=20g、
泡盛(25度)1合(180ml)=36g、ワイン1杯(120ml)=12g

0. 10～20g 1. 30～40g 2. 50～60g 3. 70～90g 4. 100g以上

3. 1度に純アルコール換算で60g以上飲酒することがどのくらいの頻度でありますか？

0. ない 1. 1ヵ月に1度以下 2. 1ヵ月に1度 3. 1週間に1度 4. 毎日あるいはほとんど毎日

男性5点以上、女性4点以上ある場合は
健康を害している可能性が！



あなたの健康のためにお酒との
付き合い方を考えましょう。

1日の節度ある適度な飲酒量
(適正飲酒量)は右表のどれか1つ
(飲んだら赤くなる人は半分が目安)

お酒の種類	ビール	泡盛	チューハイ	ワイン	日本酒
アルコール濃度	5%	30%	7%	12%	15%
男性	2本 500ml缶 	1合 	2本 350ml缶 	3杯 グラス 	2合
女性	1本 500ml缶 	0.5合 	1本 350ml缶 	1.5杯 グラス 	1合



お酒を減らしたいと思ったあなたに
おすすめアプリ **節酒カレンダー**
より詳しい飲酒習慣スクリーニングテストも
簡単に出来ます



第25回

地域交流

夕涼み会

令和元年 10月20日(日) 14:30 スタート

会場：小緑病院（駐車場・1階ロビー）

多彩なプログラムをご用意して、皆様のご来場をお待ちしております。
各団体による演舞や音楽をお楽しみ下さい。

健康コーナー・ゲーム・バザー・屋台

売切
御免

出演予定団体

※下記は主演順ではありません。

当日は出演団体および出演順に変更がある場合がございます。ご了承下さい。

- クラウンジョージ（マジック、ジャグリング、バルーンアート）
- 小緑南保育園
- 鼓衆 しんか
- 琉球ビクス（琉舞＋エアロビ）
- フラワーサークル ワイナニ（フラダンス）
- Next stage（ダンス）
- ファルベ ノーテ（吹奏楽団）



※駐車場は近隣駐車場を案内いたします。

（駐車場係がご案内・誘導いたしますので、当日は安全運転でご協力お願いいたします）

INFORMATION

健康フェアのご案内

この機会に、日常の健康管理に繋がってみてはいかがでしょうか。

無料で行っておりますので、お気軽にお越しください。

日時：令和元年10月15日(火) 午前10:00～12:00

場所：沖縄銀行 小緑支店

内容：介護相談



【お問い合わせ】法人本部 ☎(098)857-1789(代)



医事課窓口

Q & A

診療費やお手続きなどのご質問にお答えします

Q 現在、通院中になりますが、今後、入院の予定があり支払いについて気になります。
10月の消費税改定で窓口負担は消費税の上乗せ分だけですか？
他に何か、支払いが大きく変わりますか？教えて頂きたい。

A 保険診療に関しては消費税非課税とされているので、窓口負担に変更はありません。
ただし、10月に医療費の点数改正がありますので、点数変更に伴い支払いに変更があります。また、当院では自費分(病衣・おむつ・診断書料等)は課税となるので、10月以降は8%から10%へ消費税分が増額となります。
お支払いに関してご不明な点がありましたら、医事課窓口までお問合せ下さい。



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)



＜病院部門＞ 病棟看護師 ……正職員（夜勤可）
＜新卒者歓迎＞
病棟看護補助員…正社員(夜勤可)・契約・パート
＜未経験者歓迎＞
訪問診療看護師 ……正職員

薬剤師 ……正職員・契約・パート
臨床検査技師 ……正職員
視能訓練士 ……契約、パート
医事課事務員 ……正職員

＜介護部門＞ 介護士 ……パート、契約
＜未経験者歓迎＞
介護福祉士 ……正社員(夜勤可)・契約・パート
＜未経験者歓迎＞
管理栄養士 (緑寿園) ……正職員

訪問介護員 (ヘルパー) ……パート
＜未経験者歓迎＞
入所施設看護師 ……正職員
言語聴覚士 ……パート

お気軽にお問い合わせください。お待ちしております。

『もう体験しましたか？』

2019年6月27日、浦添の西海岸道路沿いに PARCO CITY がオープンしましたが皆さんはもう行きましたか？私はオープンから10日ほど経った頃、平日のお休みを利用し行ってきました。“広い…、広すぎて歩くのが疲れる…”それが正直な印象でした。専門店が多く人が多い、特に外国人の方が予想以上に多くビックリしました。にぎやかな雰囲気、つつい財布の紐も緩みそうになるのを抑え、本来の目的であったPARCO CITY内にある映画館『UNITED CINEMAS』に向かいました。

UNITED CINEMASには、これまでの沖縄の映画館にはない4Kレーザー投影システム“IMAX”や、270度の視界全てがスクリーンになっている“ScreenX”がありますが、今回は体感型上映システム“4DX”を体感しに行きました。“4DX”とはシートが上映シーンに合わせ前後左右に動き、水が降り、風が吹き付け、フラッシュが光り、煙や香り、熱まで感じる事が出来る上映システムです。

もちろん事前にホームページでどんなシステムなのか調べていましたが…なめてました。想像していた以上に激しく動く椅子、爆破シーンで感じる熱やフラッシュ、顔に水しぶきが掛かり、私の見た映画では雪まで降りました。“映画”というより“アトラクション”といった方が合っているかもしれません。

まだまだ残暑厳しい季節ですが、外の暑さが苦手な方は映画鑑賞などどうですか？“4DX”ぜひ体験してみてください。(照屋)



twitter

外来診療案内

令和元年 10月1日～

■診療受付時間……【午前】 8:30～11:30まで（眼科は8:30～11:00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（ウークイ）・年末年始（12月31日～1月3日）

■診療科目……………内科・消化器内科・呼吸器内科・循環器内科・腎臓内科・眼科（要予約）
整形外科（要予約）・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	高江洲 良一 (高血圧循環器専門外来)	新城 和明	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)	池宮城 七重 (琉大医師)	宮下 富美子	宮下 富美子	宮下 富美子	儀間 朝次
	第3診察室	宮下 富美子	宮下 富美子	國吉 徹	野原 健	國吉 純郎	國吉 純郎
午後	第1診察室	野原 健	新城 和明 (糖尿病専門外来)	儀間 朝次	高江洲 良一	金城 武士 (琉大医師)	—
	第2診察室	國吉 純郎	國吉 純郎	國吉 純郎	國吉 徹	野原 健	—

ドック健診

	月	火	水	木	金	土
午前のみ 8:30～10:00	琉大医師	國吉 純郎	琉大医師	國吉 純郎	琉大医師	高江洲 良一

眼 科

	月	火	水	木	金	土
午前	第1診察室	新城 百代	新城 百代	新城 百代	新城 百代	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	手術/検査日	検査日	手術日	検査日	手術/検査日	—

※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	第3週のみ 金城 康治	—	—	—	—	琉大医師
午後	奥間 孝	—	—	—	—	—

リハビリ

	月	火	水	木	金	土
午前	○	○	○	○	○	○
午後	○	○	○	○	○	—

令和元年 秋 版

結ゆい

■発行人／高江洲 良一
■編集協力・印刷／アシクリエイティブ



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

【関連施設】

- 小禄病院
- 介護老人保健施設 禄寿園
- 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