



結

ゆい

令和2年

夏
版

CONTENTS

- 2 2020年度 事業計画
- 3 心温まる支援
- 4 デイサービス小禄
- 5 コグニサイズで認知症予防！
- 6 認知症教室のご案内
- 7 禄寿園だより
- 8 栄養科通信
- 9 INFORMATION
- 10 求人募集
- 11 医事課窓口 Q&A



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。

2020年度 事業計画

2020年度の収支予算を達成するためには、法人内各事業所・部署の更なる連携や、各事業所・部署が2020年度事業計画で挙げた重点目標・課題の達成に向けて取り組むことが必須であるのと同時に、以前から当法人の重点目標・課題として掲げていた「他の医療機関や介護事業所等との連携構築・強化」も、いよいよもって形作らないといけない時期に来ている。

当法人のロゴマーク中央部分の赤色は、沖縄県の県花である「デイゴの花」をイメージしている。デイゴの花言葉は「夢・和・生命力・活力」である。2020年度の収支予算を達成するのは簡単なことではないが、厳しい年度だからこそ職員全員が法人の象徴であるロゴマーク＝デイゴの花言葉に立ちかえり、目標達成に向け一致団結して職務に励んでいこう！

法人 重点目標

- ① 法人内全事業所の医業収益及び経常利益の予算達成
- ② コスト管理の徹底とコスト削減
- ③ 他の医療機関(病院・クリニック)や介護サービス事業所(有料老人ホーム・老健・居宅等)との連携構築及び強化
- ④ 小禄病院における在宅医療と予防医療の更なる拡充
- ⑤ 介護事業所(禄寿園入所・通所、DS小禄、ヘルパーS)の収益改善
- ⑥ 法令改正等に対応したコンプライアンスの整備
- ⑦ 各事業所・部署の現行職員定数の検証・見直しと適正職員定数の設定

主な 計画等

- ① 居宅介護支援事業所の移転後(新規事業所番号取得)に再事業スタート
- ② 全法人の勤怠システムの入替え
- ③ 小禄病院の電話交換機及び介護老人保健施設禄寿園の電話交換機・ナースコール設備の更新(取替)
- ④ 小禄病院の2階屋外部分の防水工事
- ⑤ 諸規程の新設及び改訂
- ⑥ 企業主導型保育園の運用開始



医療法人禄寿会 ロゴマークの紹介

小禄(OROKU)のOと禄寿会(ROKUKAI)のRを表現し、且つ、禄寿会が小禄地域の医療と福祉の中心的役割を担って歩んでいくイメージを組み合わせています。青色は沖縄の青い空と青い海、赤色は県花のデイゴの花、配色はこの二つの色をイメージして組み合わせたものです。デイゴの花言葉は「夢・和・生命力・活力」です。

表紙イラスト:アマビエ

江戸時代の肥後(熊本)に出現した妖怪。外見は人魚のようで、鳥に似たくちばしがある。「病がはやったら私の写し絵を人々に見せよ」と言いのこし、海へ消えたとの言い伝えがある。豊作・疫病などに関する予言をしたとされ、現在、ネットを中心に注目を集めている。



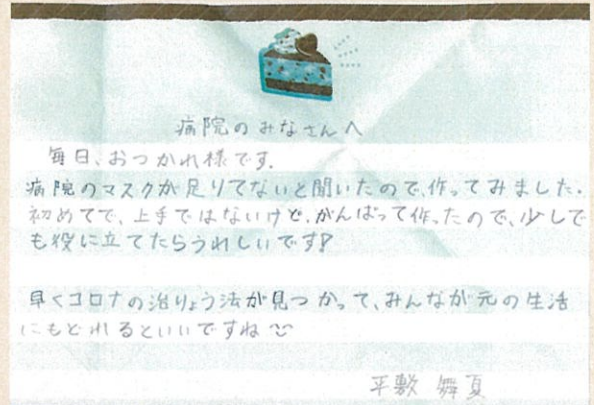
心温まる支援

新型コロナウイルス感染拡大防止に役立ててほしいと皆さまより、寄贈いただきました。

4月23日、平敷舞夏さん(豊見城小学校6年生)より“手作りマスク”をいただきました。コロナの感染拡大の中、「医療関係者のマスク不足の報道を知った。自分にも何かできないかと考え、マスクを作成しようと思った」と激励のお手紙付きでマスクを寄贈いただきました。

当院では、患者様に接する職員を優先的にサージカルマスク提供しているため、事務職員のマスクが不足していました。手作りマスクを手にした職員は、「お店にもないので困っていた。大事に使いたい。」と喜んでいました。

後日、当法人より、舞夏さんに感謝状を贈呈させていただきました。



マスクを支給された笑顔の事務職員



平敷舞夏さん



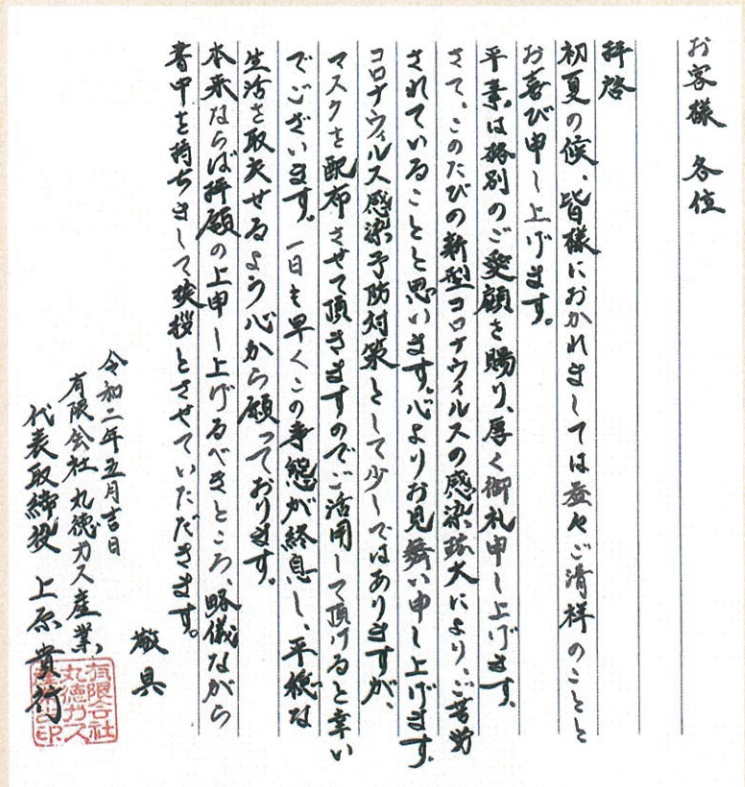
お手紙と手作りマスク

5月14日、有限会社丸徳ガス産業様(那覇市小禄)より、医療用マスク1000枚を寄贈いただきました。上原貴行代表取締役社長と伊波一弘専務が来院し、「一日も早くこの事態が終息し、平穏な日常が来ることを願う。地域に大きな病院があるのは安心。今後も地域医療を支えていただきたい。」と激励頂きました。

マスク不足で職員は不安な中、日々業務にあたっているため、マスクが確保できることは大変ありがたい。と感謝し、頂戴いたしました。



上原貴行代表取締役社長(右)より、マスクの寄贈を受ける新城院長(左)



上原貴行代表取締役社長 激励のお手紙

Persistence pays off.

デイサービス小祿では、コロナウイルスに負けず、

今回の緊急事態を乗り切ろうと、利用者の皆さんと一緒に手作りマスクを作成しました。

デイサービス小祿 奥井 敬

利用者の皆さんに型紙から生地への写しや、裁断、アイロン等を一緒に行い、ミシンで縫うのは職員で行いました。送迎時に利用者の皆さんに付けて頂き、帰りにはお預かりして次亜塩素酸の消毒液で消毒、翌日にアイロンをかけて繰り返し利用して頂いています。



状況が落ち着いてきても、油断をすれば再度コロナウイルスは流行するかもしれません。
今後もみんなで忍耐強く感染予防を行い、みんなで報われましょう！



作業療法士
が教える

コグニサイズで 認知症予防！



監修:作業療法士
我那覇 明希

コグニサイズとは

国立長寿医療研究センターが開発した運動と認知課題を組み合わせた、認知症予防を目的とした取り組みの総称を表した造語。

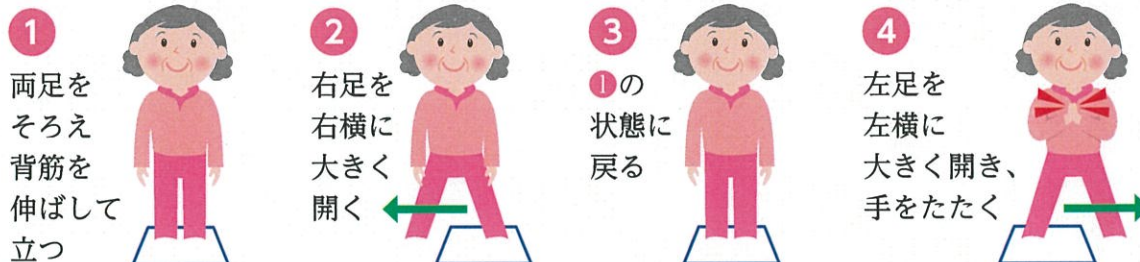
コグニッション(認知)とエクササイズ(運動)を組み合わせてコグニサイズといいます。

コグニサイズの効果

体を動かしながら筋力強化や機能維持を図ると同時に、計算やしりとりといった認知トレーニングを行うことで、脳の働きを活発にし認知症予防になるといわれています。国立長寿医療研究センターの研究結果により、認知機能低下の抑制になることも明らかにされています。

コグニサイズを実践してみよう！

コグニステップ



1、2、3と数えながら①～④を繰り返す

慣れてきたら、ステップの順番を変えたり拍手する倍数の数を変えたりしながら、いろいろな楽しみ方で工夫してみましょう。

コグニウォーク

- ウォーキングをしながらしりとりや計算をしていくというもの
- いつもより大股で少し早く歩くことを意識してください。
- 考えることに集中しすぎて、立ち止まらないようにしましょう





認知症（物忘れ）に寄りそう

認知症教室のご案内



認知症の方やそのご家族
地域の方々と一緒に
楽しい時間を過ごしてみませんか？

こもれび カフェ

参加費
100円

開催日：毎月第2火曜日
時間：午後2時～3時30分
場所：こもれびの部屋
(那覇市小禄 5-12-1)
※那覇市地域包括支援センター小禄2軒隣

認知症特化教室

【対象者】 那覇市在住の65歳以上の方で、認知症予防に興味のある方
【開催日】 8/25(火)・9/29(火)全2回 **【時間】** 午後2時～4時
【内容】 認知症についての話・脳の活性化を目的とした運動

参加費無料
定員15名

認知症家族向け介護教室

【対象者】 認知症(疑い含む)の人を介護されている家族。または、65歳以上の高齢者がいて、将来的に介護する可能性が高く、不安を抱えている方。
※認知症(疑い含む)の方もしくはご家族どちらかが那覇市内にお住まいであること。
【開催日】 10/17(土)・11/21(土)・12/19(土)・1/16(土)・2/20(土)全5回 **【時間】** 午後2時～4時
【内容】 認知症について(対応の仕方など)
らくらく介護の仕方(椅子や車いす、ベッドからの立ち上がりや乗り移りなど)

【開催場所】 小禄市営住宅 自治会集会室(イオン那覇向い)

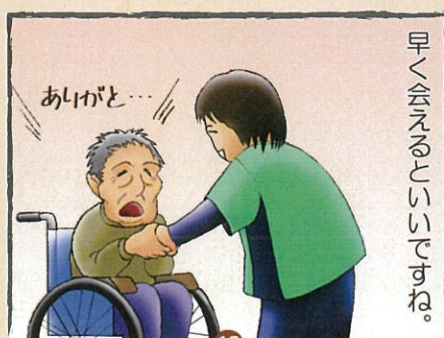
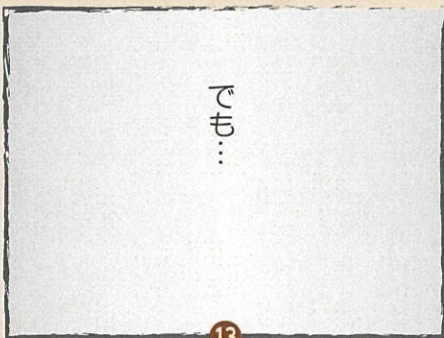
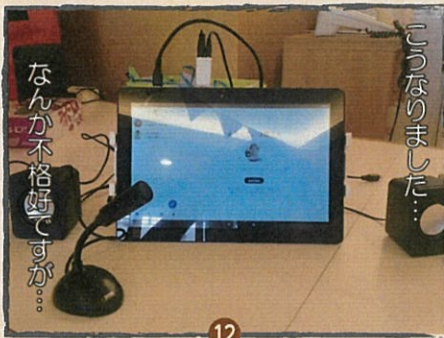
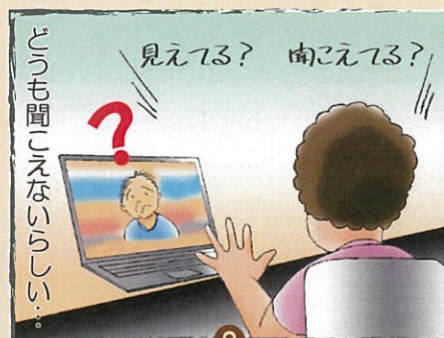
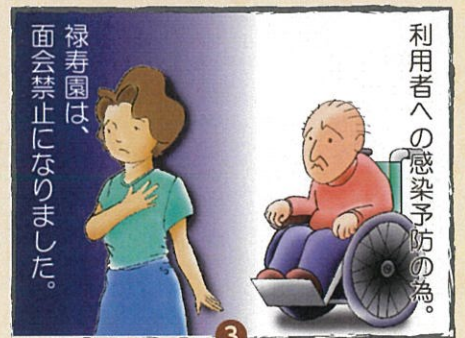
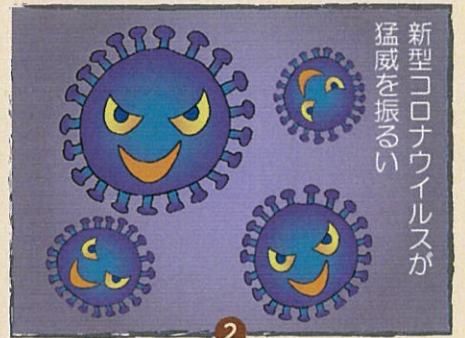
※団地内に駐車場はありません。公共交通機関などご利用のご協力をよろしくお願い致します。

*7月以降、新型コロナウイルス感染拡大状況によっては、中止になる可能性があります。
開催の有無については、お問い合わせにてご確認いただきますよう、お願いいたします。

※カフェ、教室ともに、台風など避難準備・避難開始発令時は中止させていただきます。ご了承ください。

【お問い合わせ】 那覇市地域包括支援センター小禄 ☎(098)858-0096

作者:介護老人保健施設 禄寿園 今野 誠明



新型コロナウイルスにより例年とは大きく異なる新年度を迎えた方は多いのではないのでしょうか？長期にわたる外出自粛により、運動不足、食生活の乱れ、メンタルバランスの崩れなど、体調に変化を感じた方も多くいらっしゃると思います。健康的な食生活を維持することは非常に重要です。食を通じて免疫力を高めるのも感染対策の1つです。バランスのとれた食事と適度な運動を心がけ、健康な体を維持し、感染から身を守りましょう。



Q：食事で免疫を強化できる？

A：特定の食品やサプリメントによりウイルス感染を抑えることは難しいです。しかし、免疫システムが正常に機能するために多くの栄養素が関連してきます。

①摂取エネルギー：やせても肥満でも感染リスクは高くなります

②たんぱく質、n-3系脂肪酸、食物繊維

ビタミン：ビタミンA・D・E、ビタミンB群

ミネラル：鉄分、亜鉛、銅

乳酸菌

★豊富な食材：

- ・n-3系脂質：青魚・エゴマ油・アマニ油
- ・ビタミンA：レバー・もろへいや
- ・ビタミンE：南瓜・アーモンド
- ・鉄分：レバー・ひじき・大豆
- ・亜鉛：ピュアココア・アーモンド
- ・銅：レバー・さくらえび・鰻

摂取に過不足が生じると免疫システムが機能しなくなり、ウイルスに対する抵抗力が低下します。健康的でバランスのとれた食事を維持するためには、さまざまな食品を食べることが必要です。



Q：ビタミンDサプリメントは、とるべきですか？

A：ビタミンDは、骨や筋肉、歯の構成に重要な働きをします。最近では、免疫機能の一部を担っていることが明らかにされていますが、サプリメントにより目安量以上にとることで、新型コロナウイルスが予防、治療出来る根拠はありません。

★豊富な食材：サケやイワシ、ウナギ、きのこ類、乳製品等。

★十分な日光を浴びる：体内で合成されやすいので、庭やベランダに出て陽をあびる時間を作ることも大切。

このような生活を送ることが出来れば、特にサプリメントをとる必要はありません。



予約および変更の時間が変わりました

【外来（内科・眼科・整形外科）】

☎098-857-1789

月曜日～金曜日…14：00～17：00

土曜日……………10：30～12：00

ただし、予約当日午前のキャンセルについては8：30より受け付けます。

【健康診断・人間ドック】

☎098-857-8713

月曜日～金曜日…11：30～16：30

土曜日……………9：30～11：30

『首里城火災復旧支援金』へ寄付いたしました

当法人は、5月13日、首里城再建に少しでもお役に立てればと法人職員から集まりました支援金総額60,000円を、県医師会を通じて『首里城火災復旧支援金』へ寄付いたしました。

健康相談・健康フェアについて

好評いただいております「健康相談」「健康フェア」はコロナウイルス感染拡大防止のため、しばらくの間、開催を中止いたします。

楽しみにお待ちしております皆様には大変申し訳ございませんが、ご理解いただきますようお願いいたします。

次回、開催日時が決まりましたら、改めてお知らせいたします。



【お問い合わせ】法人本部 総務課 ☎(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)

<病院部門> 病棟看護師（夜勤有）……………正職員
 病棟看護補助員（夜勤有）……………正職員（介護福祉士）・契約
 薬剤師……………正職員・契約・パート
 臨床検査技師……………正職員
 理学療法士……………正職員
 視能訓練士……………契約、パート

<介護部門> 介護士……………パート、契約
 介護福祉士（夜勤有）……………正社員・契約<未経験者歓迎>
 理学療法士・言語聴覚士……………正職員
 ケアマネージャー……………正職員
 訪問介護員（ヘルパー）……………パート<未経験者歓迎>
 介護事務員……………パート<未経験者歓迎>

お気軽にお問い合わせください。
お待ちしております。



求人動画
QRコード



2019年4月に新社会人になって1年がたちました これからもよろしくお願ひします



伊計 春岐

小禄病院 検査科
臨床検査技師

入職したばかりの時は実習と違い、現場特有の雰囲気にも右も左もわからず、とまどって動けずにいました。

しかし、先輩方が1つ1つの業務を丁寧に説明し、実践して見せてくれ、そのうえで私の業務を見守り、チェックし、改善点を教えてくださいました。たまに失敗することが有っても、また丁寧に説明してくださり、変に緊張することなく業務を行えるようになりました。

1年経ち、今後の目標としては腹部エコーに力をいれ勉強し、早く1人前の技師として成長したいと考えています。



仲宗根 悠介

禄寿園 リハビリテーション科
作業療法士

私は専門学校の実習先でターミナルケアの講習に感銘を受け、施設系の就職先を探し、禄寿園に出会い就職させていただきました。

就職して求められたのは医学面の知識もそうですが、一番はセラピストとしてのありかたでした。セラピストは利用してくださる方にどのようなアプローチや提案を行うか、他職種との共同作業の中で自分が何を行っていくのかなど、セラピストの在り方を考える毎日を送っています。

今後は利用してくださる方が、リハビリだけでなく普段の生活が楽しい幸せだと思ってもらえるよう、支援していけるセラピストになりたいです。



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 会社の健康診断で再検査の案内が来ました。健康診断は他の病院でしたが、自宅近くの病院を探しています。小禄病院でも再検査は可能ですか？

A はい、可能です。

再検査、精密検査（2次検査）が必要になる所見が認められた方の受診が可能です。当院では内科（循環器／消化器／呼吸器／腎臓内科）、眼科、整形外科、リハビリ科を標榜しており、当該科におきまして、再検査をお受けつけしております。

事前にご予約の上、ご来院をお願いします。

予約に関する
お問い合わせ

☎098-857-1789

平日：14時00分～17時00分

土曜日：10時30分～12時00分

※ 現在、通院治療中の方は、受付時に結果報告書を一緒にご提出ください。



ツイート

新型コロナ感染拡大防止に伴い、全国に緊急事態が宣言されて、学校、飲食店や娯楽施設、さまざまな業種の会社、その他、人が集まるイベント等が自粛されて自宅待機を余儀なくされている方も多いでしょう。我々医療従事者は、テレワークが出来ない為、通常出勤となっていますが、日々感染防止に努めながら業務を行っています。そんな中、世間は医療従事者を差別する人もいれば、日々感染患者と戦っていると敬意を表す人もいます。しかし、大変なのは医療界だけではありません。

今回私がお話するのは、ごみ収集業の方々の苦勞話です。

私には、ごみ収集業を営む友人がいます。毎日出るごみを処理する為、大変な苦勞があります。きちんと分別をしていないと、持っていけない。持っていかないと住民トラブルに繋がる。最近は特に、自宅待機が多いせいか、ごみが増えているそうです。

- 例えば…
- ① スーパーの袋1個分ごみ袋に入らなかった為か、指定ごみ袋にくくり付けられていた
 - ② 指定ごみ袋(小)に(大)の袋がくくり付けられていた
 - ③ 燃える袋に見えないように燃えないものが入っていた
 - ④ 燃える袋にオイルライターとオイルが見えないように入っており、分からず収集車に入れたら圧縮された時発火して消防車を呼ぶ事態になった事がある
 - ⑤ ちゃんと持っていくか家の中から見ている人がいる(ちゃんとルールを守っていれば問題なし)
 - ⑥ ごみが荒らされて散乱している …等

特に、可燃性の物や爆発の危険性がある物などは、職員の命に係る事態となる事がありますので、我々医療従事者からも注意して頂きたいと思います。また、ティッシュペーパーやマスクなどウイルスの付着した可能性のある廃棄物は、無造作に捨てずに、袋に入れ空気を抜くなどをし、回収の際、安全に収集できる心遣いや工夫もいかもしれませんね。今回のコロナウイルスにかかわらず、風邪やインフルエンザなどの感染対策にも有効ですので、ご家庭でも気を付けて実践してみてくださいはいかがでしょうか。

市町村によって、分別が煩雑になっている部分がありますが、環境保全と安全面でのルールとなっております。ごみ収集業がなくなると、とんでもない世の中になります。毎日定時にごみを収集してくれる事に感謝し、決められたルールに従い分別して頂くように私からもお願いします。

1日でも早く元の平穏な日々が訪れるように願いながら、我々も日々の業務を全うしていきたいと思っています。

(診療支援部 大城)

外来診療案内

令和2年4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・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)	國吉 徹	野原 健	國吉 純郎	儀間 朝次
	第3診察室	國吉 純郎	東新川 実和	東新川 実和	儀間 朝次	—	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 徹	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	東新川 実和

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	第1・3・5週 中村 秀夫 (硝子体専門外来) 第2・4週 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)	
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2年夏版

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