

《沖縄協同病院の理念》

- 人権といのちの尊厳を守る、無差別平等の医療を行います。
- 地域と共に平和で健康に暮らせる、まちづくりを行います。



《沖縄協同病院医師研修理念》

- 基本的診療能力を身につけることを第一の目標とし、患者を「一人の人間」として捉え、「患者の幸せ」を追求できる医師を養成します。

NPT核不拡散条約再検討会議

4月24日から30日までの日程で、第9回NPT(核兵器不拡散条約)再検討会議・ニューヨーク行動に参加してきました。沖縄からは、私を含め6人が参加しました。

ニューヨークに着いた翌日から、国際地球平和会議や各分科会に参加し、セントラルパークでの署名行動を行いました。1万人パレードで沖縄代表団は「Abolish Nuclear Weapon / No Base Okinawa」の横断幕とエイサーで、核廃絶・新基地建設阻止をアピールしました。

私は女性交流会の中で、辺野古の現状をスピーチする機会があり「オール沖縄の闘い」を訴えてきました。

今回NPTに参加したことで、世界には沖縄と同じような苦しみを抱えている人たちがたくさんいるということや、世界中の平和の運動・活動を知ることができ大変貴重な経験になりました。

診療情報管理室 照屋愛



新人看護教育

基礎教育、無事終了。皆様のお陰です。

新人看護師の22名は1ヶ月間の基礎教育を経て臨床での看護業務に就いています。今年度の教育企画の特徴は、ひとつひとつの手技が一連のチーム医療の流れの中でつながっていることを理解しながら取得できる内容。ナーシングスキルの手順を活用し指導のポイントが確認できる環境。主任・副主任会議を利用しての1対1、きめ細やかな実技トレーニング。認定看護師やインストラクター、専門分野の豪華講師陣で講義・研修を展開。ポケットメモ帳でふり返り、内容と日々の目標確認。職場まるごと基礎教育の場として(講師陣と共に)病棟ラウンド。これらの教育プログラムが実現できたのは全ての講師陣と、部署の職責者の後押しがあったことです。皆様のお陰で基礎教育も無事終了できました。一人前に成長するまで、引き続きご協力をお願いします。

副看護総師長 金城悦子



教育の中心である副主任達と一緒に。

一か月間の新人看護師研修を通して



新人看護師集合研修をうけて、おむつ交換や口腔ケアの方法、体位変換、サーフロー留置などの技術を学ぶことができました。これらの技術は、学校でも学んだことですが研修をうけて新たな学びが多くありました。

実際に病棟で実践する際、手順や方法を学んでいたためスムーズに看護技術を患者さんに提供することができました。研修での学びが、患者さんへの安全・安楽な技術を提供することに繋がっていくと思います。これからも研修で学んだことをしっかり実施していきたいと思っています。

7階看護師 山内悠太



研修では口腔ケアや予薬管理、ベッド上での正しいポジショニングや採血、BLS、感染防止、ユニチャームの講師によるオムツ交換といった看護技術演習もあれば、医療安全、固定チームナーシングといった幅広い内容をそれぞれの専門分野の先輩達が丁寧に楽しい演習をして下さりとても理解し易かったです。また半日はOJT(現場教育)があり、病棟の雰囲気になれることや学んだ事を実習する機会があることで知識だけでなく技術の習得へと繋がるのを感じました。私は所属がオペ室なので研修期間だけでも「病棟における看護」に触れることができ光栄でした。新人研修だけで終わらせるのではなく、一人一人が各部署に戻っても学んだ事を意識し日々業務に精進していきたいです。

手術室看護師 中本恵里加

初診・内科外来受付終了時間変更のお知らせ

日時: 6月1日(月) 午後～
変更前 16:00 → 変更後 15:00

病院の活動状況 <4月度>

- ・外来一日平均患者数:615人(前年同月比 - 14人)
- ・入院一日平均患者数:279人(前年同月比 + 8人)
- ・組合員利用率:56.2%(前年比 +6.2%)

リラクゼーションのすすめ②「筋弛緩法」

106 心療内科



筋弛緩法は、意識的に筋肉に力を入れて、そのあとゆるめることを繰り返すことで心身ともにリラックスしていく方法です。ストレス緩和や神経症の治療法として開発されましたが、最近では熟睡法としてテレビなどでも取り上げられ、幅広く活用されているリラクゼーションの一つです。やりかたは、からだの各部位に力を入れて、そのまま5秒キープ: ↓ストンと二気に力をぬいて筋肉がゆるむのを味わう。

両手…両手をギュッと握って:(5秒) ↓ゆつくり広げる(10秒)

両腕…腕を曲げ、脇をしめて、ギュッと力を入れ:(5秒) ↓ストンとぬく(10秒)

背中…左右の肩を後ろに引き、肩甲骨をくっつけるようにして力を入れ:(5秒) ↓ストンとぬく(10秒)

両肩…両肩を耳に近づけるようにグッと上げて:(5秒) ↓ストンとぬく(10秒)

首…首に力を入れて右(左)側にひねり:(5秒) ↓ストンとぬく(10秒)

顔…目と口をギュッとつぶって顔全体を中心に集めるように力を入れて:(5秒) ↓ポカんと口をあける(10秒)

おなか…おなかに手をあて、その手を押し返すように力を入れる:(5秒) ↓ストンとぬく(10秒)

足…足全体に力を入れて緊張させて:(5秒) ↓ストンとぬく(10秒)

力は、思いつき入れるのではなく、力を入れることからの感覚が変化したことと実感できるくらいで十分です。大事なのは、力をぬいたときのゆるんだ感じをじっくり味わうことです。「いつでも」「どこでも」できるリラクゼーション法として、ぜひ気軽に気長に行ってみてはいかがでしょうか。

臨床心理士 原國ゆり子

患者1日付き添い体験



4月13日(月)に行った初期研修医の『患者付き添い体験』について紹介します。付き添い体験を行う目的として

①受付から会計まで診療の一連の流れを患者さまの目線で体験することで患者さまの立場に立つ医療を学ぶ。

②院内のシステム(動線など)や職員の接遇をチェックすることで今後の改善に役立てる。

という2点が挙げられます。例年、体験した研修医からは「患者さんがこんなに長い時間待っているとは思わなかった」との声が聞かれます。来年度の患者付き添い体験も、よりいい医療を提供する為に協力よろしくお願いします。

医局事務 研修医担当 大城拓也

みなさん、こんにちは！研修医一年目の久場弘子です。

患者付き添い体験では受付から薬局で薬を受けとるまでの流れを患者さまの立場になって経験しました。医療従事者ではなくサービスを受ける側の気持ちを知るにはとても良い機会でした。一番感じたことは想像以上に待ち時間が長かったことです。私が付き添った患者さんは朝の8:30頃から病院に来ていたのですが、薬局にたどり着いたのは12時を過ぎた頃でした。そこからまた薬局で薬を受けとるまでの順番待ちもとても長かったです。長い待ち時間の後にどのようにしたら患者さんとうまく信頼関係を短い時間で築くことができるのか考える良い機会でした。ありがとうございました。

研修医 久場弘子



虹の箱とは患者さまの声を医療活動に反映させていくための投書箱です。

投書

受付・会計前にあるイス。こんなに詰めて置いたら健常者でも座りにくい。奥に座ったら、出るときに人の前を通らないといけませんがそんなスペースもないくらいに狭いです。結局イスは空いているのに立って呼ばれるのを待っている人が目立ちます。

回答

確認したところ、ご指摘の通り健常者でも通りにくいイスの間の狭い通路となっておりました。さっそく長イスの間の通路を広くとり、さらに患者様が受付を見やすく、同時にTVも見える角度で長イスを斜めに置くことによって通路の幅をさらに広く、また受付カウンターからの呼び出しにも応えやすい配置に変えてみました。その後2、3日様子をみてみましたが、奥の席も座る方が増えたように思います。今後もお気づきの点がありましたらご意見、アドバイス等を頂いたらと思います。貴重なご意見ありがとうございました。

総合案内 大田明子

虹の箱・投書のお返事コーナー ファイル設置のお知らせ

これまで虹の箱のご意見、ご要望等のコーナーは掲示板のスペースの関係で数枚程度しか掲示できませんでしたが、5月からファイルブックを作成し掲示板にかけてあります。どうぞご覧下さい。

総務課長 宮国迅



季節の
神経
初夏の
光と風

画・内科医 上原和博

嘉手川医師泌尿器科外来再開のお知らせ

泌尿器科診療体制表 (2015年6月～)

	月	火	水	木	金
午前	嘉手川豪心		嘉手川豪心		遠藤雅也(1・3週) 嘉手川豪心(2・4週)
午後				(尿失禁外来) 菅谷公男	

《診療開始時間・受付終了時間》 午前 9:00~11:00/午後 2:00~4:00
※予約外来のため事前の予約が必要です

おきなわの 自然[®]

バナナ

8年目にして、やっとそして初めてバナナの花を見た。花が咲いているのを発見した時は「わっ花が咲いている」と思わず独り言を言い、感動で胸がドキドキして、穴が開くほど見つめていた。8年前に南農祭でバナナの苗を購入した時、蔓が数m以上にならないと花は咲かないと聞いたので、植木鉢に植えて家の裏にほったらかしていた。その蔓がパイプを伝って天井まで届き、そこで花を咲かせていたのである。

バナナは現在世界で最も多く用いられている天然食品香料だと言われる。原産はメキシコ、中央アメリカで、主産地はマダガスカルである。原産地以外は花粉を媒介する昆虫がいないので受粉は人工交配するしかない。私も10個の花にネットの情報を参考にして交配を試みたが、すべて失敗した。熟練でないと難しいようだ。

バナナの花はほとんど香りがなく、朝咲いて昼にはしぼんでしまうので交配は朝行う。受粉に成功すれば豆のさやのような実ができる。その実を何度も発酵させるという長い時間と惜しみない手間をかけてあの甘い香りのバナナができるのである。母の胸に抱かれているようなその香りには、安らぎを与え、ストレスを和らげる効果があるという。

さて、バナナの花言葉は「永久不滅」である。去る5月17日に辺野古新基地建設反対で3万5

千人が結集した。その場で ウチナンチュウ ウシエーンナヨー と叫んだ沖縄県民の心は「永久不屈」である。

とよみ生協病院

事務課長 金城稲子