

《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。

# はいさい

《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。

## 新春のつどい

～お近くの会場に是非ご参加下さい～



## 新春のつどい日程

	日時	ブロック・支部	場所	会費
1月	15日(日) 12:30～	浦添2支部合同	宮城公民館	¥1,000
	22日(日) 12:00～	小禄3支部合同	JA沖縄小禄	¥1,000
	27日(金) 18:00～	沖縄がんじゅう支部	生協美里ハウス	¥1,000
	29日(日) 12:00～	那覇南支部	レスランエンジェル(看護大学内)	¥500
	29日(日) 12:30～	豊見城ブロック	JAとみえーる	未定
2月	4日(土) 18:00～	南部4支部合同	JAおきなわ南風原支店ホール	¥1,000
	5日(日) 8:30～	那覇支部	新春ピクニック(みかん狩り)	¥2,500
	5日(日) 12:00～	首里2支部合同	JA城下町	¥1,000
	10日(金) 18:00～	沖縄がじゅまる支部	未定	¥1,000
	11日(土) 14:00～	名護3支部合同	大西公民館	¥1,000
	19日(日) 12:00～	真和志3支部合同	JA真和志	¥1,000
	19日(日) 12:00～	糸満2支部合同	南区公民館	¥1,000
	19日(日) 19:00～	読谷支部	未定	¥1,000

## 新入医師紹介



こんにちは。  
雪深い長野県の山の中からきました、心臓血管外科の八巻(やまき)です。1986年に札幌医大を卒業後、東京女子医大日本心臓血圧研究所での研修をへて長野中央病院で20年間心臓血管外科医として勤務してきました。このたび縁あって沖縄協同病院心臓血管外科の一員に加

えていただくことになりました。今までの経験を生かして沖縄の患者さんの力になりたいと思います。宜しくお願いします。

やまき ふみたか  
心臓血管外科 八巻 文貴

## 病院の活動状況 <12月度>

- ・外来一日平均患者数:474(前年同月比 -154人)
- ・入院一日平均患者数:294(前年同月比 +26人)
- ・組合員利用率:54.4%(前年同月比 +2.2%)

## 新春書の八人展

「新春書の八人展」が開催出来ましたことは沖縄協同病院のご協力の賜であり、深甚より感謝申し上げます。  
当病院は日本病院機能評価認定病院で、文字通り沖縄の医療・福祉・保険を始め、文化・芸術等、幅広く関心が高い医療機関であります。  
今回の書展は書道全般を網羅した内容になっていきます。多くの方々にご覧いただければ幸甚に存じます。末筆ながら沖縄協同病院の限りないご繁栄をお祈り申し上げます。  
二〇一七年 一月  
石龍書藝会主幹 山城石龍  
開催期間:二〇一七年一月十日(火)～  
二〇一七年二月十七日(金)



## シリーズ 糖尿病認定看護師より 持続血糖測定検査

125 糖尿病認定看護師



赤嶺 勝

現在、沖縄協同病院にて血糖値を二十四時間測定する器械があるのをご存知ですか？  
この器械は五百円玉くらいの大きさの器械を六日間、身体に貼り付ける(チューブをお腹に刺します)ことで二十四時間連続して血糖値を測定してくれる器械です。《ただし、指から血糖値を測ることは継続しなければいけません。》

この器械を取り付けることで、「自分では気づかない低血糖」「血糖がいつ上がって、いつ下がってくるのか」「夜間眠っている時に血糖はどのくらいなのか」など普段指から測っている血糖だけではわからない血糖値を見ることが出来る器械です。  
そのため、「血糖コントロールがうまくいかない」「低血糖を繰り返している」「普段図っている血糖値は高くないのにHbA1cが下がらない」などの問題を抱えている患者様に適していると言えます。  
しかし、この器械は検査として取り付けますので取り付けるためには条件があります。その条件は「インスリンを使用している患者様で、血糖コントロールがうまくいかない方、または低血糖を何度も起こしている方、夜中寝ているうちに低血糖になっている可能性がある方」などとなります。  
その他にもいくつか条件がありますので、「測定してみたい」と感じた方は主治医の先生や内科外来スタッフまで確認してください。(対象にならないと保険が通らなくなりますので負担額が高くなってしまいます。)  
条件を満たしている方で、取り付けを行った場合の負担額(外来は、約千五百円(一割負担)～四千円(二割負担)ほどが通常の外来での支払いに追加されます。(取り付けた場合はいつもの外来よりも高くなりますので注意してください。))

糖尿病看護認定看護師 赤嶺 勝

# 那覇美らさくらまつり

とき 2017年2月11日(土)・12日(日)

ところ 漫湖公園古波蔵側中央噴水広場

主催 那覇美らさくらまつり実行委員会

※沖縄協同病院の骨密度測定は11日(土)午前中のみです。



### <ご意見・ご要望>

家族が入院しています。  
1日3回、食事の介助をしに来ています。  
駐車場の定期券は利用しているが、入院が長いので、お金も大変です。  
どうにかありませんか。  
食事の介助を看護師さんたちにも頼みたいが、忙しそうだし。

### <ご返事>

ご家族が入院され、長期間にわたり通院されているとのこと、大変だろうとお察しいたします。  
文面より、一人では食事をとることができず、介助を必要とされるようですが、当院は、ご家族の付き添いや食事介助などは原則必要ではありません。ただ、患者家族より申し出があり許可された場合、又は医師より付き添いの指示があった患者さんについては、病棟より「駐車場許可証」を発行し、駐車料金を免除してもらう方法がありますので、ご案内いたします。  
相談、手続きについては病棟師長まで、ご連絡をお願いします。  
総合案内 大田 明子

## 季節の挿絵 にゃんころりん、遊びましょう

画・内科医 上原 和博



## 心臓血管外科外来体制表

○2017年1月26日から外来体制が変更になります。

	月	火	水	木	金
午前				八巻 文貴	橋本 巨 沖山 光則 當山 真人
午後					橋本 巨 沖山 光則 當山 真人

◆体制は急に変更になることもあります、事前にお問い合わせ下さい。

### <<診療開始時間・受付終了時間>>

午前: 9:00~12:00(予約制)

午後: 2:00~ 4:30(予約制)

## 炊き込みごはん

煮汁ごと食べられる一品を紹介します

材料(5人分) 1人分 367キロカロリー 塩分 1.4g

精白米	400g	鶏もも肉	100g	ゆでたけのこ	100g	
具の煮汁+水	550ml	油揚げ	25g	a	だし	75ml
酒/しょうゆ/塩	30ml/17ml/3.5g	にんじん・ごぼう	各25g		砂糖/醤油	5g/7.5ml
		干しいたけ	10g			

### 作り方

- ①米は水洗後水を切り、分量の水に30分以上浸しておく。
- ②鶏肉は一口大に切る。油揚げ、にんじんはそれぞれ3cm長さの短冊切りにする。ごぼうは笹がきにして水にさらす。しいたけはもどして千切りにする。
- ③ゆでたけのこは短冊切りにして、aで煮て下味をつけておく。
- ④①の米にaの煮汁と具材、調味料を加えて軽く混ぜ合わせ、炊飯器で炊く。
- ⑤全体をよく混ぜ合わせ、器に盛り、完成。



今回、今回は春が旬の食材と、そのレシピについて紹介します。

### 春が旬の食材

- |            |            |
|------------|------------|
| <b>果物類</b> | <b>魚介類</b> |
| ・いちご       | ・まだい       |
| ・いよかん      | ・あさり       |
| ・グレープフルーツ  | ・はまぐり      |

- 野菜類**
- ・新じゃがいも
  - ・たけのこ
  - ・みつば
  - ・春キャベツ
- などがあります



栄養管理室だより ⑮

## シークワサー

旬の野菜を食べましょう

一年で一番寒い季節、旧正の終わりを境に季節は春へ向かおうとします。

店先には、春キャベツ、新たまねぎ、新じゃが、島らっきょうなどが旬の食材が並び、一足早く春の訪れを告げています。「旬」の食材は、その食べ物が一番多くとれ、一番おいしい時期です。さらに、栄養価も最も高いです。例えば、ほうれん草のビタミンCは、夏場では冬に比べると三分の一に減ってしまいます。カロリーも約70%しかありません。同じものを食べても、摂れる栄養価はかなりの差が出てきます。皆さんもそれぞれの旬を知って、賢く食べるようにしましょう。