

《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。



## 新年のご挨拶

組合員の皆様、利用者の皆様、明けましておめでとうございます。

沖縄協同病院は、那覇市古波蔵に移ってきて、おかげさまで9年目を迎えることになりました。昨年を振り返ると、年の瀬12月に普天間第二小学校グラウンドに1m四方の窓ガラスらしきものが米軍ヘリから落ちるとい事故が起こりました。一昨年のオスプレイ墜落事故に引き続き、我々が危惧していた事態が起きるということを実感する事故でした。県民が安心して暮らせる沖縄を求め、平和を求める運動に根気強く声をあげ続けていかなければなりません。

本年は、診療報酬改定と介護報酬改定のダブル改定の年となります。国の社会保障費削減を推し進める改定内容となることが予想され、医療提供情勢はますます厳しいものとなるでしょう。その中でも、しっかりと健全経営を行い、利用者の皆様、組合員の皆様に安心・安全の医療を提供していきたいと考えています。

組合員の皆様が安心して頼れる「わった一病院」を目指して、日々努力していきます。本年も何卒よろしくお願いいたします。

**院長 仲程正哲**

2018年新春のつどい日程

| ブロック・支部             | と き                  | 会 場          |
|---------------------|----------------------|--------------|
| 北部ブロック              | 2018年1月13日(土) 14:00~ | ホテルゆがふいんおきなわ |
| 真和志3支部合同            | 2018年1月20日(土) 12:30~ | JA真和志        |
| 那覇支部                | 2018年1月20日(土) 12:30~ | レストラン宝楽      |
| 浦添2支部合同             | 2018年1月21日(日) 12:30~ | 宮城公民館        |
| 豊見城ブロック             | 2018年1月21日(日) 12:30~ | JAとみえ~る      |
| 那覇南支部               | 2018年1月21日(日) 12:00~ | レストランエンジェル   |
| 与勝支部                | 2018年1月21日(日) 11:00~ | 内間公民館        |
| 小禄3支部合同             | 2018年1月28日(日) 9:00~  | 新春ピクニック      |
| 石川支部                | 2018年1月28日(日) 9:00~  | 新春ピクニック      |
| 知念・南城市・与那原・南風原4支部合同 | 2018年2月10日(土) 時間未定   | 未定           |
| 首里2支部合同             | 2018年2月11日(日) 12:00~ | JA首里城下町支店    |
| 糸満2支部合同             | 2018年3月4日(日) 12:00~  | 糸満市社会福祉センター  |

## 地域向け医療講演会 in 南風原町

12月2日に南風原中央公民館で「下肢静脈瘤講演・相談会」を開催しました。

当日の天気はあいにくの小雨で、どのくらいの方が来場するか気がかりでしたが、20名の方の来場がありました。

「下肢静脈瘤」とはどんな疾患なのか?また最新の治療法等について橋本医師による講演を行い、講演の後は橋本医師をはじめとする八巻医師、吉川医師、東医師による相談会を行い、来場者全員の下肢状態を確認し、下肢静脈瘤治療の適応がある方には外来受診をおすすめしました。

下肢のむくみ・だるさ・つり等でお悩みの方はこの疾患の可能性があるので、職員へお尋ね下さい。

用度課 大城真也



## 病院の活動状況 <2017年11月度>

- ・ 外来一日平均患者数：448 (前年同月比 -8人)
- ・ 入院一日平均患者数：296 (前年同月比 -4人)
- ・ 組合員利用率：57.6% (前年同月比 +0.9%)

## ロコモとは心臓や脳血管など内臓の病気が原因で健康寿命が短くなる

いっせいで (136) リハビリテーション科より



「ロコモ」って知っていますか?

ロコモとは心臓や脳血管など内臓の病気が原因で健康寿命が短くなる「メタボリックシンドローム」に対し、腰や膝の関節や骨のトラブルなど運動器の障害により要介護になる危険性の高い状態を「ロコモティブシンドローム(略してロコモ)」といい、日本人の国民病として注目され始めています。

中高年期に入ると加齢や運動不足に伴う身体機能の低下や運動器疾患による痛みなど多様な要因があいまって、痛みや関節可動域制限、筋力低下などがおこりバランス能力、体力、移動能力の低下をきたします。これがロコモの正体です。

二〇一〇年の国民生活基礎調査によると実際に要支援・要介護になった人の主な原因は脳血管疾患・認知症・老衰に続いて四位に関節疾患五位に骨折・転倒が入っています。関節疾患と骨折・転倒を合わせると五人に一人は運動器障害が原因で介護が必要になっています。

ロコモ対策の為にまずは自分の体が今どういう状態にあるか知ることが大切です。ロコモの可能性があるかどうかはロコモチェックがあります。ロコモチェックは次の七項目で①家の中でつまづいたり滑ったりすることがある。②片足で立って靴下がはけない。③階段を上るのに手すりが必要である。④横断歩道を青信号で渡りきれない。⑤十五分くらい続けて歩けない。⑥布団の上げ下ろしができなかつたり電気掃除機を使うのがつらい。⑦二キロくらいの重い物を持って帰るのがつらい。これらの項目に一つでも当てはまれば「ロコモの可能性がある」と自覚しロコモ体操をやってみましょう。また、四十cmの高さの椅子や台から片足で立ち上がれない場合もロコモの可能性があるので転倒に気を付けながらチェックしてみてください。ロコモ体操は二種類で簡単な物です。一つ目は片足立ち一分の一日三セット、二つ目はスクワットを深呼吸するペースで五〜六回一日三セット行うことでロコモの改善ができるとされています。簡単な運動なので予防もかねて取り組んでみてはいかがでしょうか。

リハビリ室 渡嘉敷博和

初春



画・内科医 上原和博

NAHAMARASON救護班に参加して

NAHAMARASON当日は雨の予報でしたが、時折、晴れ間もみられ、ランナーにとっては非常に走りやすいコンディションでした。...



研修医 亀山泰樹



<ご意見・ご要望>

外科医の先生、入院以来お世話になり、ありがとうございました。特に手術に際しては絶大な信頼をしていましたので、安心して手術に臨むことができました。...

内科外来体制表

Table showing medical clinic schedules for various days of the week, including names of staff and their roles (e.g., 交代, 呼, 消, 糖).

【診察時間】 新患者 午前 9:00~13:00 ※(土)11:00まで 午後 9:00~12:00



トマト栽培五十日目

トマト栽培も五十日目を迎えた。一難去ってまた一難の毎日だが、相談できる人が周囲にいるので心強い。カタティナーナー ウツランシラン (片手では音は出ない) という沖縄のことわざを

実感している。 トマト栽培は天候に大きく左右される。温度が高くても低くても、そして曇天が続いても花が咲かないか、花粉が出てなくて実ができない (花が飛ぶ) という。暑さや湿気では病気が増えるし、肥料が多すぎても花が飛ぶ。

トマトの病気で恐ろしいのは土壌菌によるものだ。連作によって土壌にもともと存在する菌なので手の打ちようがない。本土では一カ月で五〇〇坪が全滅したという話も聞く。実の付いた背丈より大きい木が毎日何十本と枯れていくのを見るのはつらい。順調に成長させるのは至難の技なのである。農業で生活ができるのは兼業者か定年退職者だと言われるが、まさにその通りだと思う。

さて、新聞報道によると辺野古弾薬庫の建て替えが年明けにも着工するという。弾薬庫というのが核攻撃に弾薬で対抗するわけではない。辺野古核兵器庫になり、地下に発射台が作られても県民に知るすべはない。

去年は軍用機の事故や部品の落下が相次いだ。原因はお決まりの「人為的ミス」だ。軍用機のミスは人命に関わる。 トマト栽培では花を飛ばさないように人為的ミスには細心の注意を払う。人の命に危険を及ぼす軍用機も飛ばさないようにすれば人為的・構造的ミスは絶対に起きない。

ハルサー 金城稲子