

《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



沖縄協同病院 院長 伊泊 広二

沖縄医療生協の組合員さん、当院をご利用している皆さん 新年あけましておめでとうございます。早いもので古波蔵への移転から15年が経過しました。これまでのお力添えに、心より感謝いたします。昨年はコロナ後の高齢化社会に向けて、色々な制度改革が急速に行われました。当院でも色々な変化がありました。医療従事者の働き方改革の一環として、土曜日を公立病院のように救急体制としました。土曜日は小児科、脳神経外科の外来がとよみ生協病院、協同にじクリニックにそれぞれ移動となりました。沖縄協同病院は、これまで紹介受診重点医療機関になるために準備を始めておりました。その一環として、今年は新とよみ生協病院の駐車場整備に合わせて小児科、整形外科、脳神経外科などの外来を移動する予定です。「かかりつけ医機能」の一部をとよみ生協病院が担う事になります。

さて、医師不足の中ですが、昨年、当院の循環器内科、心臓外科の体制が厚くなりました。新しくアブレーション治療(不整脈の治療)が開始され、新しい心臓手術が導入されています。また、歯科口腔外科が院内開設されました。主に周術期や化学療法を行う患者さんに対して診療を行っています。

昨年はマイナ保険証など医療制度改革や診療報酬改定がありました。いささかそれに翻弄されている感がありますが、可能な限り患者さんやその家族に寄り添い支えあう医療機関として、今後も運営を行っていきたくと考えております。

引き続き、病院を利用する皆さん、医療生協組合員の皆さんの「声」を職員がしっかり受け止め、より良い「わたた一病院」を作り上げていきます。「やさしい病院」を目標に職員一同頑張ってまいりますので、今年もご指導、ご鞭撻、ご協力をよろしくお願い致します。

小児科外来体制表

○外来体制表(2025年1月4日～) 専門外来・1ヶ月健診・乳児健診は予約患者様のみとなります

	月	火	水	木	金	土
午前	川出博江	酒井一徳	比嘉千明	川出博江	雨積涼子	【とよみ生協病院】 予約外来
	安藤美恵	仲西大輔	安藤美恵	長嶺健次郎	安藤美恵	【とよみ生協病院】 (1-3週アレルギー新患) (4週アレルギー再診) 尾辻健太
	(11時受付まで) 尾辻健太				(2-4週アレルギー外来) 尾辻健太	
午後	(予約外来) 比嘉千明	(予約外来) 長嶺健次郎	(アレルギー外来) 酒井一徳	(アレルギー外来) 尾辻健太	(内分外来) 長嶺健次郎	
	(アレルギー外来) 尾辻健太	(予約外来) 雨積涼子 (第4週 乳健)	(15:00~アレルギー新患) 尾辻健太	(アレルギー外来) 酒井一徳	(予約外来) 比嘉千明	
	(アレルギー外来) 雨積涼子	(予約外来) 安藤美恵	(1ヶ月健診) 交代	(神経外来・月3回) 大見 剛	(予約外来) 仲西大輔	
		(ワクチン外来) 川出博江	(4週・予約外来) 安藤美恵		(ワクチン外来) 安藤美恵	
夜間		【協同にじクリニック】 (アレルギー外来) 尾辻健太				

《診療開始時間・受付終了時間》
午前:9:00~11:30 午後:13:30~16:30 夜間:18:00~20:00(協同にじクリニック)



画・内科医 上原 和博

巴も心も しなやかに

病院の活動状況 <2024年11月度>

- ・外来一日平均患者数：286人 (前年同月比 -17人)
- ・入院一日平均患者数：248人 (前年同月比 +3人)
- ・組合員利用分量(率)：59.9% (前年同月比 +3.4%)

更年期障害について

産婦人科より



産婦人科部長 嘉陽 真美

更年期は女性の人生における自然な一過程です。症状を正しく理解し、自分に合った対処法を見つかることで、より充実した日々を過ごすことができるでしょう。症状でお困りの際は産婦人科でご相談ください。

更年期障害とは、閉経を挟んだ前後約10年間を指し、女性ホルモン(エストロゲン)の分泌が急激に減少する時期です。このホルモンバランスの乱れにより、40代後半から50代前半を中心に身体的や精神的な変化が生じます。これが「更年期症状」であり、原因が特定されない場合には「更年期障害」と診断されます。

更年期障害の症状は多岐にわたり、ほてりや動悸などの血管運動神経症状、肩こりや腰痛といった筋肉・関節症状、そして情緒不安定や抑うつ、不眠といった精神的症状が代表的です。また、頻尿や性交痛など泌尿生殖器症状も含まれます。これらの症状は、甲状腺機能異常や鉄欠乏性貧血、うつ病など他の疾患でも起こるため、適切な診断が重要です。

治療法にはカウンセリングや心理療法、ホルモン補充療法、抗うつ薬などの薬物療法があります。生活習慣の改善や運動療法も効果的で、特に有酸素運動や筋力トレーニングが国際閉経学会の指針で推奨されています。例えば、週150分以上のジョギングや水泳、週2回の筋トレを取り入れると良いでしょう。これらの運動は体調管理だけでなく、不眠の改善にも役立ちます。

さらに、サプリメントの利用も症状緩和に役立つことがあります。大豆や赤クローバーに含まれる植物性エストロゲン、ビタミンE、ブラックコホシユなどが知られています。

2024年経済産業省が「女性特有の健康課題による社会全体の経済損失を試算したところ、更年期症状のため、欠勤や離職したところ、更年期障害の女性で1・9兆円、男性で1・2兆円という大きな損失となっていることが指摘されました。男女問わず更年期における健康課題を克服することが重要といえるでしょう。

更年期とは、閉経を挟んだ前後約10年間を指し、女性ホルモン(エストロゲン)の分泌が急激に減少する時期です。このホルモンバランスの乱れにより、40代後半から50代前半を中心に身体的や精神的な変化が生じます。これが「更年期症状」であり、原因が特定されない場合には「更年期障害」と診断されます。


更年期障害の症状は多岐にわたり、ほてりや動悸などの血管運動神経症状、肩こりや腰痛といった筋肉・関節症状、そして情緒不安定や抑うつ、不眠といった精神的症状が代表的です。また、頻尿や性交痛など泌尿生殖器症状も含まれます。これらの症状は、甲状腺機能異常や鉄欠乏性貧血、うつ病など他の疾患でも起こるため、適切な診断が重要です。

治療法にはカウンセリングや心理療法、ホルモン補充療法、抗うつ薬などの薬物療法があります。生活習慣の改善や運動療法も効果的で、特に有酸素運動や筋力トレーニングが国際閉経学会の指針で推奨されています。例えば、週150分以上のジョギングや水泳、週2回の筋トレを取り入れると良いでしょう。これらの運動は体調管理だけでなく、不眠の改善にも役立ちます。

さらに、サプリメントの利用も症状緩和に役立つことがあります。大豆や赤クローバーに含まれる植物性エストロゲン、ビタミンE、ブラックコホシユなどが知られています。

大規模多数傷病者受入訓練

主催:沖縄協同病院 参加者(患者役:那覇看護専門学校より学生41名・職員95名)







4月に入職して約8ヶ月が過ぎ、ようやく仕事に慣れてきて技術や知識がある程度付いてきたと感じる中で行われた大規模災害訓練は自らの甘さを浮き彫りにする大切な学びの場となりました。

普段とは異なる勤務環境、異なる医師としての役割、異なる時間軸の中で患者対応していく難しさは想像を遥かに超え、苦戦を強いられました。これは個人としてだけでなく、チームとしても課題点を明確にする良い機会であったと思います。各々が患者さんの命を救うという同じゴールに向かって動こうとしても、連携が取れていないことで現れる障害が仕事の進行を阻んでいるように感じられた瞬間がありました。ただ自分の未熟さやチームとしての課題点が明白になった一方で、改めて仲間の存在の大切さを実感する訓練でもありました。


一人であれば出来なかったであろうことが、仲間と協力することで解決できたシーンがいくつもあり、多職種で協力することの意義を強く感じられました。

仲間と共に今後より一層精進していきたいです。
1年目研修医 青木 亮








玄関前トリアージ



患者搬送



虹の箱より

<ご意見>
受診の度にトイレの便座除菌クリーナーがぎれていきます。(もう3回目です)

補充の点検はどうなっていますか?お忙しいとは思いますが確認をお願いします。

<ご回答>
この度は、ご不便をおかけし大変申し訳ありませんでした。便座除菌クリーナーの補充につきましては定期的に毎月1回全館の補充対応をしています。今回の件を取扱い業者へ報告し補充回数に対応について相談したところ、1階・2階外来エリアのトイレについては補充回数を月1回から月2回へ増やして対応する旨の回答がありました。

今後も利用者さんが安心して使用できるように改善していきます。今回は貴重なご指摘ありがとうございました。
総務課長 安座間 太一



こんにちは
赤ちゃん
11月生まれ

当院で出生したBabyの写真です



加納梨愛ちゃん




高良陽咲ちゃん



徳嶺琉愛羅ちゃん


Instagramやってます
@okikyo.sanka





私の部署の好いところ

薬局



こんにちは、薬剤師の上原碧嵐です!
今回は、私たちの職場のほんわかエピソードをご紹介します。

薬局には薬剤師21名、助手7名が在籍し、いつも活気にあふれています。そして10年以上続く「伝統行事」があります。それは、職員の誕生日を祝う会!みんなでケーキを食べるだけでなく、ノリノリの先輩がMyティアラで撮影することも。ちなみに年齢に配慮し、ロウソクはだいたい1~3本と決めています(笑)

そんな愉快的な薬局をまとめるのは、母のように優しく頼れる薬局長。私たちの健康を何より気にかけて、健康診断結果を放置している職員までチェックする細やかさ!まるで健康管理のエキスパートです。


これから飲み会シーズンに突入しますが、皆さんも飲み過ぎにご注意を!

委員会活動報告32:院内薬事委員会

院内薬事委員会は、医師・薬剤師・看護師・システムエンジニア・事務で構成され、月に1回開催しています。当院で採用される医薬品が、病院利用者のために、「安全かつ適切に使用されること」を目的とし、医師から申請された医薬品についての採用可否、期限切れ医薬品や廃棄医薬品を確認し、配置薬の見直しや採用中止の提案、最近の医薬品供給不安に備え、医薬品の確保や代替薬の提案などを行っています。



薬局長 前里 佐弥香



体長8~9mm

セグロウリミバエ

ハルサーだより

セグロウリミバエ

久しぶりに「ウリミバエ」という言葉を聞いた。ハルサーで知らない人はいないだろう。特にウリ類(ゴヤー、ヘチマ、カボチャ、スイカ等)を作るハルサーにとっては…。根絶実施中には定期的に不妊虫を放虫するヘリの姿を見上げていたものだ。

去年の3月に名護市でセグロウリミバエ1匹が捕獲されて以降、11月までに大宜味村、東村、うるま市、恩納村の33地点で187匹が確認された。ウリミバエは根絶したがセグロウリミバエは新しく入ってきた害虫で情報が少ない。そのため県は農業者向けと家庭菜園者向けにチラシを作成して「ウリ類の中にウジ(幼虫)を見つけたら連絡を」と呼び掛けている。

ウリミバエの成虫の総産卵数は1000個以上。幼果の果皮下に産卵し、2日以内に孵化して幼虫(ウジ)が果実の内部を食害する。食害された果実は腐敗、落下する。防除しなければ全滅することも。根絶前にはカボチャ61%、スイカ60%、スプイ58%、ゴーヤー34%の被害があったという。

ウリミバエは東南アジア等に生息している害虫で沖縄では1919年に八重山で確認され、宮古、久米島を経て1972年の復帰の年に本島まで拡大した。復帰を契機に県はミバエ類の根絶防疫事業に着手し、1993年にやっと県内全域のウリミバエ根絶を達成した。根絶に至るまでに20年余の歳月を要し、約204億円の費用をかけ、約625億匹の不妊虫が放たれた。その努力のおかげで多くの果物や野菜が本土に持ち出せるようになったのだ。それはのちに「プロジェクトX」挑戦者たち」で放映されるほどの偉業となった。

今後、セグロウリミバエが拡大し蔓延すれば、その解決に向けての難易度は「103万円の壁」よりずっと高くなる。

ハルサー 金城 稲子