

《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。

虹のバレンタイン行動



2月18日(水)、国際通りてんぷす館前での“虹のバレンタイン行動”に参加しました。各院所などからスタッフ20名が参加し、チョコのついたアンケートはがきの配布や、血圧・体脂肪測定などの健康チェックを実施しました。

20代のカップルから80代のご夫婦、近隣に住んでいる方や県外の観光客の方まで、約30名の方が健康チェックを受けてくれました。

プロ野球キャンプ観戦のため神戸から来ている観光客の方からは、「医療生協のことを知っている、神戸にもあるよ」とのお話があり、全国の医療生協活動の認知度に感激しました。

まだ参加したことのない職員の皆さん、来年はぜひ参加してみてください♥

血液浄化療法室 比嘉幸乃

2014年度 総達成月間について

こんにちは、年間目標総達成月間も残り1ヶ月となりました。今年度は1,780人の仲間ふやしに挑戦中です。

当院は組合員のみなさんの出資と活動に支えられています。一人ひとりが少しずつお金を出し合って、「いつでも、だれもが、安心して良い医療が受けられる」病院を存続させていきたいと考えています。まだ組合員になっていない方は是非、組合員に加入して頂くようお願いいたします。

「健康」「平和」「いのち輝く社会」をつくるには多くの仲間が必要です。

事務次長 當山浩三

沖縄医療生活協同組合

WHO世界健康ウォーク



11月30日にうるま市海中道路で行われたWHO世界健康ウォークに参加しました。数日前から気温が下がっていたのですが、この日は天気にも恵まれ歩くと汗をかくくらい暖かい日になりました。

私は母と娘と一緒に2kmコースを歩きました。このコースは海の上の橋を歩くコースでしたが、歩いて暑くなってきた時に吹く海風がとても気持ち良く、また歩きながら海を眺めると、日々忙しく疲れた心が癒されました。

3歳の娘を連れていたので一番短いコースを選びましたが、実際に歩いてみると娘も私も、少しもの足りなく感じました。次回はもう少し長いコースを家族で歩いてみたいです。

組織部 西江はづき

病院の活動状況 <1月度>

- ・外来一日平均患者数:740人(前年同月比 -22人)
- ・入院一日平均患者数:277人(前年同月比 +12人)
- ・組合員利用率:50.6%(前年比 -1.7%)

靴選びのポイント

103 リハビリ室



皆さんは普段どのような靴を選んでますか？
間違った「靴選び」をすると、靴の持ちも悪く、体調不良の原因になる事があります。

足には、身体の骨の1/4が集まります。多くの「骨」と「関節」で、精巧で強靱な構造となつています。身体を支えるために、唯一地面に接している足は、その上部にある膝、股関節、腰の健康を維持する為にとっても重要な部位です。理学療法士は、足趾機能を高める為に足趾運動を指導する事がありますが、リハビリの分野だけでなく、普段の生活の中で、しっかりと足趾を機能させる事が、体調不良を予防する事に繋がります。その為、毎日履く「靴選び」がとても重要だと感じます。

靴選びのポイントは、
①靴の踵部分(カウンター)が硬く安定している。
②靴の芯(シャンク)がある。
③中足趾関節部分で靴が曲がる。
④足趾形態と、靴の爪先構造の形が合う。
身体のために、一日の中で一番長く履く仕事用の靴と、靴下はしっかり選ぶようにしてみてください。

リハビリ室 理学療法士 翁長雄大

カウンター



靴が曲がる位置



シャンク



足趾形態と靴の爪先構造



那覇美らさくらまつり



2月14・15日に漫湖公園にて「那覇美らさくらまつり」が開催されました。

当日は天候にも恵まれ、鮮やかなピンクの桜がとてもきれいでした。

漫湖公園中央ステージ周辺が主会場となり民謡、空手、エイサーなどが披露されました。

また出店などもあり雰囲気を盛り上げていました。

沖縄協同病院は、にじクリニックと合同で「骨密度測定」・「歯の健康相談」を行いました。

2日間で約250名の方が体験されました。「骨密度測定してみたかったのよね〜」「無料なの?!これ普通はお金出してやるんでしょ!」という声が飛び交い大盛況でした。

沖縄協同病院は地域に根差した病院です。「さくらまつり」の様な地域のイベントに参加することは、地域の方々や組合員さん達と関わる良い機会になると思いました。これからも積極的に参加していきたいです。

事前準備や当日の要員として参加された皆さんお疲れ様でした。

“みなさんも来年はぜひ漫湖公園の「さくらまつり」へ足を運んでみて下さいね”

医局事務課 照屋愛



外来の自動受付機に杖ホルダーが付きまして。その名も「杖休め」杖だけでなく傘もかけることができます。どうぞご利用下さい。

総合案内 大田明子



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 病院食がおいしくない。週間献立表は、毎週同じものですか？肉・魚料理をもっと増やしてほしい。〇〇〇病院のごはんはおいしいですよ！

回答 貴重なご意見ありがとうございました。病院食がおいしくないということは、味付け、塩分の問題でしょうか。同じ食事でも、ちょうどよい味とおっしゃる患者様、濃いとおっしゃる患者様もあり、塩分の感じ方は人によりかなり違うことを実感しています。

病院食は普通食(特に塩分等の制限のない食事)1日7.5g、高血圧等の慢性疾患患者様で1日6g以下と、望ましい塩分量、疾患に合わせた塩分量で設定しています。今回の入院を機会に望ましい味付けに慣れていただけたら幸いです。

また、沖縄協同病院は急性期病院で(平均在院日数が13日のため)、献立は1ヶ月を目安にサイクルメニューを導入し、昼食、夕食の主菜では肉や魚料理をメインとして提供しています。分粥食、5分菜等になると患者様の状態に応じて、肉や魚、野菜を一口カットした煮物を中心に提供する場合があります。あるいは今回の入院は長期または、5分菜の食事を摂取していたので、同じ内容に感じられたのでしょうか。

病棟には担当栄養士がいますので、食事に関するご意見、要望等がありましたら御連絡いただけたら伺います。

沖縄協同病院の栄養管理室も、おいしい食事が提供できるよう患者様の声を大切に食事作りを行っていきたくと思います。

栄養管理室 又吉菜摘

季節の挿絵



季節の彩り(いろどり) 画・内科医 上原和博



去年「慶良間諸島国立公園」が誕生した。国立公園として指定した理由の一つに「透明度の高い優れた海域景観を有することにも、多様なサンゴが高密度に生息し沖縄諸島周辺海域への幼生の供給源としても、ザトウクジラの繁殖海域としても重要」があったという。その文言の「ザトウクジラ」を「シジュウク」に置き換えれば辺野古そのものである。辺野古は国立公園を盾にして守っていくのも一つの手段である。

とよみ生協病院 事務課長 金城稲子

おきなわの自然

ザトウクジラ

今は釣り船の船長泣かせの時期である。冬の海は荒れることが多い。特にニンゴフチカジマイイ(急に風向きが南から北に変わり大荒れになる)の時期に入ると商売上つたりだ。さらにこの時期はザトウクジラがケラマ海域に来る。理由はわからないが、クジラがいると魚が釣れなくなる。そのために、釣り船はホエールウオッチングをしている観光船を避けるのであるが、釣り船でもクジラに出会う確率は高い。1カ月前には糸満沖で行き帰りに3頭のザトウクジラを見たし、去年は釣り船より大きいクジラが船の真下を通過していった。ザトウクジラは「歌を歌う生き物」と言われる。歌は雄の求愛行動のようだが、その歌が、他の魚の探餌行動を抑制していると私は思っている。

クジラの仲間には4m以下をイルカ、4m以上をクジラと呼ぶようだ。ケラマ海域に来るのはザトウクジラで、夏場は餌の豊富なシベリア海域でオキアミ類やニシン等を食べて過ごす。冬場は実に片道9000km以上移動して、暖かい小笠原やケラマ海域で出産、子育てをするという。その期間にはほとんど餌を食べないようだ。1シーズンに約200頭のザトウクジラが沖縄近海を訪れるという。