

《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。

## 新任・帰任・入職紹介

**新入職医師**



緩和ケア内科  
**福田 暁子**  
ふくだ あきこ

はじめまして、緩和ケア内科の福田と申します。以前は麻酔科でしたが、今回は緩和ケアチームの一員として、身体症状を中心に患者様へご家族のケアに関わってまいります。よろしくお願いいたします。



呼吸器外科  
**永田 仁**  
ながた まさし

呼吸器外科、肺癌外科を中心に勤務します。永田仁(まさし)と申します。沖縄県立中部病院、八重山病院、北部病院、神奈川県立がんセンター呼吸器外科で肺癌手術を学び、自治医科大学で完全胸腔鏡下手術を勉強しました。患者様のお役に立てると幸いです。よろしくお願いいたします。



外科  
**嘉藤 小枝子**  
かとう さえこ

福岡県の千鳥橋病院から来た嘉藤小枝子(かとうさえこ)と申します。出身は福岡県、出身大学は琉球大学です。今回は1年間、沖縄協同病院の一般外科で修業させていただきます。どうかよろしくお願いいたします。



皮膚科  
**崎枝 薫**  
さきえだ かおる

皮膚科医として任じました。崎枝薫と申します。当院で初期研修後、島根大学と琉球大学で専門研修を積んで参りました。微力ながらも頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。

**帰任医師**



内科  
**加藤 友美**  
かとう ともみ

内科の加藤友美と申します。2012年度まで総合内科におりましたが、2013年度より出向研修の機会を頂き、札幌の勤医協中央病院の糖尿病内分泌・腎臓病センターで2年間、琉大病院第二内科で1年間、糖尿病、内分泌を中心に勉強してまいりました。どうぞよろしくお願いいたします。

**新任医師**



内科  
**野崎 由迅**  
のざき よのぶ

3年目になります。野崎由迅です。お世話になっております。後期研修医になって、権限も責任もおおくなりましたが、まだなかなか自覚が湧きません。出来ること、やるべきことをしっかりと実行して、自分と自分の周りも良くしていきたいと思っております。よろしくお祈り致します。

**新任医師**



麻酔科  
**榊田 花世**  
ますだ はなよ

4月から麻酔科医としてお世話になります。榊田花世です。協同病院での2年間の初期研修の中で、たくさんの思い出ができました。相変わらず皆様にご迷惑をおかけしてはおりますが、少しでもお役に立てるようになります。よろしくお願いいたします。

**新任医師**



内科  
**野崎 由迅**  
のざき よのぶ

3年目になります。野崎由迅です。お世話になっております。後期研修医になって、権限も責任もおおくなりましたが、まだなかなか自覚が湧きません。出来ること、やるべきことをしっかりと実行して、自分と自分の周りも良くしていきたいと思っております。よろしくお祈り致します。

**新任医師**



内科  
**佐土原 洋平**  
さどはら ようへい

3年目の佐土原洋平です。初期研修に引き続き、後期研修も協同病院でお世話になることになりました。現在総合内科で毎日奮闘しております。初期研修と違って、自分でできる仕事が多くなり、充実した日々を送ることができております。またその反面、医師としての責任を重く感じる場面も増えてきております。なにはともあれ、一緒に働いている皆様のおかげでのびのびと仕事ができっております。これからも日々奮闘していきますのでどうぞご指導宜しくお願い致します。

## 予防節酒の勧め 健康をつくる 家庭の平和をつくる

117 沖縄アルコール問題対策小委員会

日本酒 (15%)	ウイスキー (40%)	ビール (5%)	缶チューハイ (7%)	焼酎・泡盛 (30%)	ワイン (12%)
1合	ダブル1杯	1缶 (500ml)	1缶 (350ml)	0.5合	グラス1杯
					
1単位 (2ドリンク)	1単位 (2ドリンク)	1単位 (2ドリンク)	1単位 (2ドリンク)	1単位 (2ドリンク)	1単位 (2ドリンク)

**低リスク飲酒**

- \*アルコール1単位/日
- \*休肝日2日以上/7日

**ほろ酔いきープ**

- \*食べる
- \*ペースダウン
- \*水・ソフトドリンクを間に入れる

4月・5月は地域や職場で新しい方を迎え、歓迎の宴を催す等飲酒機会が多くなります。

日本では飲酒量を飲酒単位で表し、純アルコール20gを含むアルコール飲料を1単位と規定しています。次に示す表を参考に1日1単位で週に2日以上飲酒しない休肝日を設け、低リスク飲酒で健康を守りましょう。(アルコール依存症になつたら断酒が必要になってきます)

\*WHOでは純アルコール10gを含むアルコール飲料を1ドリンクとしている

\*1単位アルコール分解時間：4～5時間

\*3単位アルコール分解時間：12時間

宴の席では、食事しつつ・ゆつくりお話をしながら・水やソフトドリンクを間にはさみ、ほろ酔いきープで楽しい交流の時間が持てますように：健康をむしばみ、家族を巻き込んで家庭の平和を壊しかねないアルコール依存症予防の為、予防節酒を呼びかけます。

©「はいさい」は沖縄協同病院のホームページ 病院広報誌「はいさい」欄にも掲載しています。

# 入職せしモニー



2016年度新入職員を迎える入職せしモニーが4月11日に行われ、新入職員を祝ってくれました。入場するときは固まりましたが、多くの人が笑顔で温かい拍手してくれたおかげですつきりできました。また入職せしモニーの準備してくださった皆様ありがとうございます。3年間契約として働きましたが、忙しい中ご指導してくださった先輩、たくさんの方と出会ったことに感謝しています。今年から正職になります。まだまだ経験が浅いですが、どんどん成長できるように頑張っていきたいと思っております。ご指導を宜しくお願いします。

総務課 高良昌莉



## <ご意見・ご要望>

お世話になりました。夜は落ちづかず、大変お手数おかけしました。おむつ交換でも大変大変お世話になりました。いつでも快く交換してもらい、本人も快適に過ごすことができました。若い人達が笑顔でてきぱき働いているのにも感心しました。また下痢をした時や退院前日に定日以外のシャワーを組んで下さったことにも感謝です。

内科対象の高齢の母を細やかな気配りで手厚い看護をして下さったことに感謝!感謝の毎日でした。先生方、スタッフの皆様方、ありがとうございました。

○2016年5月7日～

## 整形外科外来体制表

\*土曜休診となりました

	月	火	水	木	金	土
午前	一診 金城 仁	上原 昌義	津田 智弘	上原 健	上原 健	休診
	二診 上原 健	津田 智弘	上原 昌義	金城 仁	若林 創	

★診療開始時間 午前 9:00 ★受付終了時間 午前 10:00

## 病院の活動状況 <3月度>

- ・外来一日平均患者数:520人(前年同月比 -100人)
- ・入院一日平均患者:308人(前年同月比 +27人)
- ・組合員利用率:55.5%(前年同月比 +1.2%)



画・内科医 上原 和博

## うりずんの季節

### 食中毒予防のポイント



- ポイント1**…食品の購入  
新鮮な物、消費期限を確認してから購入する。
- ポイント2**…食品の保存  
持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫で保存する。
- ポイント3**…下準備  
手を洗う、きれいな調理器具を使用する。
- ポイント4**…調理  
手を洗う、十分に加熱する。
- ポイント5**…食事  
手を洗う、室温に長く放置しない。
- ポイント6**…残った食品  
きれいな器具容器で保存する、再加熱をする。

### 手軽でカンタン!柏餅

材料(10個分)

- 上新粉… 200g
- 砂糖… 大さじ1と1/2
- 片栗粉… 大さじ1と1/2
- こしあん… 200g
- 柏の葉… 10枚

#### 作り方

- (1) あんは10等分して丸めておく。
- (2) ボウルに上新粉を入れ、熱湯1カップを注ぎ、はしで混ぜる。あら熱がとれたら手でよくこねる。
- (3) 蒸し器に布巾を敷き、(2) をひと口大にちぎって入れ、強火で12～15分、透き通るまで蒸す。
- (4) 水を入れたボウルに(3) を入れ、すぐに取り出して水気をふき、ボウルに入れて手でこねる。
- (5) 砂糖と片栗粉を加え、なめらかになるまでこねる棒状にまとめて10等分し、手でだ円形に伸ばす。
- (7) (6) で(1) をはさみ、まわりをとじる。  
柏の葉は水で洗い、水気をふいてから餅を包む。
- (8) 蒸し器で3～5分強火で蒸す。 \*出来上がり
- (9) 器に盛ったら出来上がり〜☆ 一つあたり約100kcal

栄養管理室だより ⑦

## シークワサー

5月になりました。



梅雨時期は、湿気が多くなり気温も高くなってくるので、細菌類が増えやすくなります。そこで心配なのが…その!!食中毒です。今回は食中毒予防のポイントを紹介いたします。

5月5日は、端午の節句ですね。

沖縄ではあまりなじみがないのですが、内地では端午の節句に男子の健やかな成長を祈願し各種の行事を行う風習があり、柏餅や、ちまきを食べる風習があります。

今回は、その中から柏餅のレシピを紹介したいと思います。簡単!できる料理なのでこの機会に一度作ってみてはいかがでしょうか。

でしよか?