

OKISEKI



Japanese
Red Cross
Society

2017.11

第112号

《 沖縄赤十字病院 広報誌 おきせき 》



理 念

赤十字の博愛の心が伝わる病院をめざして

〒902-8588 沖縄県那覇市与儀1-3-1
TEL 098-853-3134 FAX 098-853-7811
<http://www.okinawa-rch.jp>

【ちぎり絵／風景】

石川 茂(総務課長)

基本方針

1. 私達は患者さんに益することのみに医療技術を提供します。
2. 私達は信頼される医療が行えるように日々研鑽し、快適な療養環境を創ります。
3. 私達は地域と連携を密にし県民の健康増進に貢献できる医療活動を追求します。



沖縄赤十字病院

日本赤十字社

人間を救うのは、人間だ。Our world. Your move



ドクター
教えて！



老化は足元から



伊佐 智博 医師 (整形外科)

歩くときに足の痛みはありませんか？

足の痛みのために、外出が面倒になっていませんか？

面倒だからといって、近くても車で移動する習慣がついていると、足の筋力は知らず知らずのうちに低下し、それが肥満につながると、更に歩くことが困難となります。

中年期の肥満と筋力低下が原因で起こる二つの足の病気を紹介します。

外反母趾

一つ目の外反母趾は、30代後半頃から母趾(足の親指)のつけ根から先の部分が外側に傾いて変形し、靴の中で親指のつけ根が圧迫されて痛む病気です。

20~30代に長時間ハイヒールを着用することが大きな原因の一つです。かかとの高いハイヒールは、仕事上で必要な最小限にとどめ、スニーカーやかかとの低い

靴を履くように心がけましょう。また、ゆるすぎる靴やつま先に余裕がない靴は、外反母趾の変形を悪化させることがあるため、靴選びは慎重に行うことが大事で



す。足の指の筋力低下により症状が進行するため、足の指を使った「グーチョキパー体操」や「タオルつかみ運動」が有効ですが、この体操ができない程変形が進行している場合は、整形外科の診察が必要です。

扁平足

中年期に土踏まずが崩れてくる扁平足は、運動不足による(後脛骨筋の)筋力低下と肥満が大きな原因で、車社会で肥満率が高い沖縄で、これから増加してくることが予想されます。初期症状は、歩行時に足首の内くるぶしの下に「ピリッ」とした痛みが出現し、進行するとその痛みのためにつま先立ちができなくなります。この扁平足から外反母趾へ進行する場合もあるので注意が必要です。靴のなか敷きを入れるだけで症状の改善される軽症例から手術が必要な重症例まで様々ですので、やはり整形外科へ相談して下さい。



外反母趾と扁平足の予防

外反母趾や扁平足の予防には、母趾の圧迫がなく足の指が自由に動くため、特に夏場は島ぞうりの着用がおすすめです。体を鍛え健康を保つために、意識して歩くようにしましょう。

さあ、今日から自分の足元を見つめ直してみませんか。



リリー・オンコロジー・オン・キャンパス

～がんと生きる、わたしの物語～

絵画部門 最優秀賞



希望の雫 木戸瞳さん

1階赤十字ラウンジにて10月17日～10月31日に行いました。

展示会

がんになっても自分らしく生きられる社会を実現するため日本イーライリリー(株)主催で開催。がん告知の不安、がんとの共生などを絵画・写真にした作品の中からコンテストで受賞された作品と添えられたエッセイを展示しました。

写真部門 最優秀賞



パール富士 波多野清さん

絵画部門 優秀賞 一般賞



私たちの庭 池田奈央さん

写真部門 優秀賞



故郷の詩 荒木信子さん

写真部門 一般賞



バトンタッチ 渡邊浩子さん

内科 症例検討会

病診連携の円滑化を目的に7月25日症例検討会を行いました。医療機関6施設から院内外医師15名が参加しました。



開業医の医師とのコミュニケーションを深めます。

10月13日は 麻酔の日!

10/1～10/16まで展示

日本で世界初の「全身麻酔」による手術が成功!沖縄と世界の麻酔の歴史も紹介しました。



日本麻酔科学会 認定病院(沖縄県内)
<http://27.0.37.68/license/hospital/okinawa/>

地域医療支援活動

【講演会のご案内】 一般の方向け

冬に流行する感染症

～インフルエンザ・ノロウイルス対策～

感染管理認定看護師による講座です。
ご近所様やお友達も一緒にお越しください。

日時 11/27(月) 14:00～15:00 講師 與那覇 美奈子 感染管理認定看護師

場所 管理棟3階会議室 受講料: 無料 ※事前予約が必要です。

お問い合わせ先: 沖縄赤十字病院 (那覇市与儀1-3-1)
電話: 098(853)3134(内線1291) 担当: 仲田 久一



今日の 人気病院食



「ソーミンチャンプル」

みんな大好きソーミンチャンプル、ゴーヤーチャンプルの苦味も食欲をそそります

※治療によりメニューは、異なることがあります!

編集後記

長い夏も終わりやっとなつてきました。自分らしく生きる!スポーツの秋、食欲の秋、読書の秋etc貴方はどんな秋をお過ごしになりますか (広報担当)



人間を救うのは、人間だ。Our world. Your move

沖縄赤十字病院 外来体制表

「災害拠点病院」の承認を受けました
当院は「地域医療支援病院」

全診療科の受付時間

初診患者さま

■午前
8時30分～10時30分

初めて受診する場合は「紹介状」をお持ち下さい。

緊急性がない場合は、近隣のクリニックをご案内しております。

なお、緊急で受診される場合は特定療養費を頂いております。

※乳腺外科(乳がん検診や乳腺の疾病)は午前・午後(木曜日は診察なし)とも紹介状の必要はありません。

紹介状をお持ちの患者さま・通院患者さま

■午前
8時30分～11時00分

■午後
1時00分～4時00分

休診日

土曜日・日曜日・祝祭日
慰霊の日(6/23)・
年末年始(12/29～1/3)

※救急診療については当日の新聞をご覧ください。

診療科	午前/午後	月	火	水	木	金	
内科	呼吸器	午前 午後		那覇 唯	新垣 紀子		内原 照仁
	消化器	午前 午後	外間 雪野 田中 照久	川満 美和 新垣 伸吾(肝臓)	大城 勝	那覇 唯 當銘 玲央	赤嶺 盛和 大城 勝 川満 美和
	血液	午前 午後		中里 哲郎 喜納 かおり		喜納 かおり 玉城 啓太	中里 哲郎
	循環器	午前 午後	東風平 勉 砂川 長彦	新里 讓	砂川 長彦	東風平 勉	新里 讓
	腎臓	午前 午後			野原 千春		又吉 哲太郎
	一般	午前 午後	渡口 真佐夫		渡口 真佐夫	仲村 英昭 (糖尿病・再来のみ)	渡口 真佐夫
外科	午前	担当医 大嶺 靖 (一般・内視鏡外科【要予約】)	豊見山 健 (肝胆脾・一般) 大嶺 靖 (一般・内視鏡外科【要予約】)	宮城 淳 (胸肺・呼吸器) 佐々木 秀章 (一般外来・救急)	大嶺 靖 (消化器外科) 永吉 盛司 (一般・肛門)	友利 健彦 (消化器・一般) 長嶺 信治 (乳腺・甲状腺)	
	午後	永吉 盛司 (一般・肛門) 長嶺 信治 (乳腺・甲状腺)	金城 章吾 長嶺 信治 (乳腺・甲状腺【第2火曜林診】) 永野 貴昭(琉大) 心臓血管外科 (第2火曜のみ)	宮城 淳 (一般・呼吸器) 長嶺 信治 乳腺・甲状腺 担当医(一般) (第3水曜のみ)	宮城 淳 (呼吸器) 仲里 秀次 (食道)	友利 健彦 (消化器・一般) 豊見山 健 (肝胆脾・一般)	
放射線科	午後		椎名 秀樹		有賀 拓郎		
小児科	午前	翁長 晃	仲本 雅哉	仲本 雅哉	翁長 晃	降旗 邦生	
	午後	長崎 拓 (新生児) 降旗 邦生 (新生児)	前田 志保 (乳児健診) 仲宗根 一彦 (新生児)	仲宗根 一彦 (新生児) 担当医 (新生児)	翁長 晃 (神 経) 仲本 雅哉 (循環器)	前田 志保 (予防接種【受付4時まで】)	
整形外科	午前	大湾 一郎 森山 朝裕	大湾 一郎 金城 聡	山口 浩 (紹介・予約患者のみ) 金城 聡	伊佐 智博 新井 弘一	森山 朝裕 翁長 正道	
	午後	翁長 正道 森山 朝裕	大湾 一郎 伊佐 智博	大湾 一郎 翁長 正道	伊佐 智博	金城 聡	
産婦人科	午前	吉秋 研 大城 美哉	上里 忠和 刈部 誠子	兼村 朱里 稲嶺 盛彦	上里 忠和 大城 美哉	稲嶺 盛彦 刈部 誠子	
	午後	稲嶺 盛彦	刈部 誠子	吉秋 研 刈部 誠子		上里 忠和	
眼科	午前	薊 三千雄	薊 三千雄	薊 三千雄	薊 三千雄	薊 三千雄	
	午後	(手術)	外科処置・レーザー手術 (予約・紹介のみ)	(手術)		外科処置・レーザー手術 (予約・紹介のみ)	
脳神経外科	午前	高良 英一	中島 重良	高良 英一	山城 勝美	與那覇 博克 (血管内治療外来)	
	午後	(手術)	與那覇 博克	饒波 正博	(手術) 第2・第4(完全予約制) てんかん外来	担当医	
神経内科	午前		嘉手川 淳	嘉手川 淳	嘉手川 淳	嘉手川 淳	
	午後	嘉手川 淳 (第1休診・第3・第5禁煙外来・ 第2・第4認知症外来)		嘉手川 淳 (第1水曜禁煙外来)			
耳鼻咽喉科	午前	長田 紀与志 上原 健	上原 健	(手術)	長田 紀与志 上原 健	長田 紀与志	
	午後	平川 仁	検査・処置	検査・処置	長田 紀与志 上原 健	上原 健	
泌尿器科	午前	外間 実裕 當山 裕一	外間 実裕 真志取 智子	外間 実裕 當山 裕一	當山 裕一 真志取 智子	(手術) 外間 実裕 (予約のみ)	
	午後	當山 裕一	(手術)	當山 裕一	外間 実裕	當山 裕一	
皮膚科	午前	上原 絵里子	花城 ふく子	上原 絵里子	花城 ふく子	上原 絵里子	
	午後	上原 絵里子 花城 ふく子	(手術) (検査・手術)	花城 ふく子 (検査・手術)	上原 絵里子 (検査・手術)	上原 絵里子 花城 ふく子	
歯科口腔外科	午前	牧志 祥子 砂川 奈穂	(手術) 砂川 元	牧志 祥子 砂川 奈穂	(手術) 金城 孝(予約のみ)	牧志 祥子 砂川 奈穂	
	午後	牧志 祥子 砂川 奈穂	牧志 祥子 砂川 奈穂	牧志 祥子 砂川 奈穂	牧志 祥子 砂川 奈穂	牧志 祥子 砂川 奈穂	



「おきせき」は、植物油インキを使用し、FMスクリーニングの
高詳細(AMスクリーニングの約500線相当)で印刷しています

印刷：株式会社 東洋企画印刷

平成29年11月1日現在