

新シリーズ 健康あるある
誰だって安心なほうがいい

2016

7

vol.44

ゆい ちゅうぶ



平成28年3月22日当院正面玄関入口横<ドトールコーヒーショップ>が
グランドオープンしました。

【催し物のご案内】
「ゆんたく会のご案内」

日時	時間	場所
第79回 6月28日(火)	午後2時～午後4時	第3会議室
第80回 7月25日(月)	午後2時～午後4時	第2会議室
第81回 8月23日(火)	午後2時～午後4時	第3会議室

pickup! 世界禁煙デー第11回講演会
ミニ演奏会

● [地域連携総合支援センター便り]
[健康室便り]



世界禁煙デー第11回講演会 ミニ演奏会 in 県立中部病院

5月31日は世界禁煙デーです。

世界禁煙デーにあわせ、平成28年5月30日(月曜日)、沖縄県立中部病院外来ホールにおいて、禁煙についての講演会及びミニ演奏会を開催しました。この催しは、今年で11回目を数え、今年度は、「安心してください!タバコやめれますよ!」を禁煙週間のテーマとして、禁煙及び受動喫煙防止の普及啓発を行いました。



第11回世界禁煙デー講演会/ミニ演奏会は医療部長小濱守安の挨拶で幕を開けました。今回は小児科部長金城さおりよりタバコの子どもへの害について、産婦人科医師濱川伯楽からはタバコの妊婦への影響について、そして私からは禁煙を勧めるコツについての3題の講演を行いました。多くの通院患者さまやそのご家族が足を止めて耳を傾けてくださいました。

また、当院禁煙外来で見事に禁煙を達成した「卒煙生」の戸田さまによる禁煙体験談もお話いただきました。経験者しかわからない喫煙の苦しさやタバコから解放された喜びをユニークな視点で語っていただきました。

メインイベントの一つである演奏会ですが、呼吸器内科長野宏昭医師とピアノ奏者池端綾乃さんが奏でる美しいメロディーが響き渡り、心地よいひとときとなりました。

最後は呼吸器内科部長喜舎場朝雄の名調子で幕を閉じました。このイベントは禁煙を啓蒙するだけでなく、院内にいらっしやる方々に癒しを提供できる貴重な機会であります。

今後も多くの方々のご協力をいただきながら続けてまいりたいと思います。禁煙外来共々応援よろしく願いたします。

呼吸器内科 山城 信



ポスター展示/
パンフレット配布



外来看護師による
呼気一酸化炭素測定



クラシック演奏会



検査技師による肺年齢測定

禁煙外来のご案内

当院は2005年11月に禁煙外来を開設し、2006年5月に敷地内全面禁煙化、翌6月からニコチン依存症指導管理料の算定を開始しました。

外来は、金曜日の午後の診療で呼吸器内科医師と禁煙専門看護師の資格を有する看護師を含めた5名の外来看護師が担当しています。

平成28年度の診療報酬改定により、ニコチン依存症の対象患者が拡大されました。若年層のニコチン依存症患者にもニコチン依存症治療を実施できるようになりました。対象患者の喫煙本数に関する要件が緩和され、比較的若く、喫煙経験の少ない方も禁煙治療が可能となりました。

「やめたいのにやめられない」「やめられるか不安」「何度も失敗しているし…」などなど、禁煙に関する悩みや疑問を抱えていませんか？

禁煙をあきらめていませんか？やめたいと思われる方、気軽な気持ちで受診しませんか。

あなたの禁煙をお手伝い致します。

安心してください!タバコやめれますよ!

禁煙専門看護師:真嘉比菊枝

☆禁煙外来は完全予約制となっております。ご予約をお願い致します。

代表番号:098-973-4111(地域連携室)



地域連携 総合支援センター 便り

201607号

今年度から、地域医療連携室、入院支援室と病床管理室(今年度より入院支援室に変更)が一つの大きな枠組みとなり、「地域連携総合支援センター」となりました。より一層患者さんのサポートを充実させていただくために、力を合わせて頑張っております。それに伴いまして、室長及び師長も新しい顔ぶれとなりましたので一言ずつ挨拶を申し上げます。

4月より地域連携室長を拝命した城之園です。出身は鹿児島ですが沖縄に来て13年になり身も心もすっかり「うちなんちゅ」になったつもりです。

これまで神経内科医として脳卒中診療を通して地域連携に携わってきましたが、これからは当院が地域医療支援病院として地域での役割が果たせるように皆様のご助言頂きながら更に努力して参ります。
(地域医療連携室 室長(内科系)城之園)

本年度より外科系地域連携室長に任命された外科部長の村上です。今年で外科医17年目になりますが、日々、地域の先生方や医療関係者の方々に育てていただいていると実感しております。
個性豊かな中部病院外科系医師と地域の先生方をつなぐ架け橋となりたいと思

いますので今後ともご指導よろしくお願いたします。

(地域医療連携室 室長(外科系)村上 隆啓)

地域医療連携に携わるのは初めてで、前方事務、予約センター、逆紹介担当職員各業務を日々確認することから始まり、スタッフに支えられている毎日です。

また患者相談窓口やがん相談センターの機能もここにきて多くのことを知りました。入院支援室との協働もあり変化に富んだ日々を満喫しています。

地域とのスムーズな連携、経営参画、院外へのアピール等頑張っております。

(地域医療連携室 看護師長 長岡 弘子)

病床管理室は今年度より(入院支援室へと名称変更され、業務も拡充されました。退院支援室師長1名、看護師9名(再任用4名)MSW7名事務員1名の18名とスタッフも増えにぎやかになりました。いつでも入院患者さんを受け入れられるよう、ベッド確保に奔走しています。

また専任の退院支援看護師、社会福祉士を病棟に配置し、入院時より患者さんの意向を聞き、安心して退院できるよう環境を整える支援を行っています。宜しく願います。

(入院支援室 看護師長 岸本 和子)



左から、城之園、岸本、長岡、村上

健康室便り

健康診断

受けていますか?



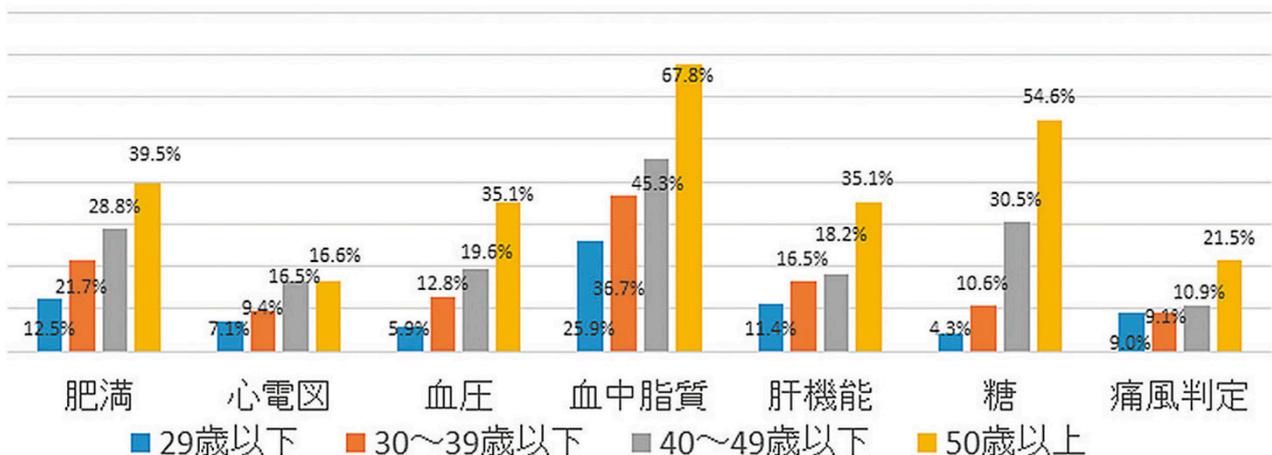
当院では、職員への定期健康診断を年に1回、特別健康診断を年に2回実施しています。

健康診断結果からの傾向として、肥満率が約20%、検査項目別にみると血中脂質の異常が最も多く、年代別に見ても全ての年代で上位を占めています。運動・食事等、生活環境を見直す必要があります。三交代勤務をしながら生活リズムを整えるということはけっこう大変ですよ。仕事から解放されたあとの食事はつい食べ過ぎてしまう傾向にあるのではないのでしょうか?帰宅が遅くなると、夕食も遅い時間になりますね。夜帰りが遅くなりそうな時、夕方ににおにぎりやサンドイッチ、バナナ等の軽食を食べしておくことで、帰宅後のドカ食いを抑えることができるそうですよ。

これからビールがおいしい季節になります。が、おつまみはタコやイカなどの歯ごたえのある和え物や、大根やキュウリのサラダ等がおすすめです。咀嚼回数が増えて、早めに満腹感を得ることができ、食べ過ぎを防ぐことができます。休肝日をもうけて、飲みすぎには注意しましょうね。多忙な毎日を送っているあなたも、1年に1度の健康診断をしっかり受けて、身体のメンテナンスをしていきましょう!



年齢比較



誰だって安心なほうがいい

健康 あるある



日常業務の中でよく患者さんから「何度も放射線を浴びて大丈夫なの・子供に放射線をあてて影響はないの」という質問をうけます。

私が八重山病院に勤務していた頃市内の中学生や高校生が体験学習で放射線技術科を訪れた際にも同様な質問をうけたので「たとえば水道水には猛毒の塩素が含まれているけどうまくコントロールすれば塩素の毒性より塩素が含まれるメリツトのほうが大きいよね、同様に放射線もしっかりコントロールされていけば得られるメリツトがはるかに大きいよ」と説明すると納得してくれたようでした。塩素と放射線では人体に与える影響が異なるので水道水に含まれる塩素を例に放射線の安全性を説明するのは無理があるかと思いましたが概念として理解してもらえたと思っています。

そして病院で利用されている放射線は私たち放射線技師によって管理されています。

放射線技師は放射線の性質についてよく知っています。医師から検査の依頼を受け最小限の放射線で目的の情報を最大限提供する方法に精通しています。どうぞ病院では安心して検査を受けてください。

県立中部病院放射線技術科 中澤進



キリトリ線



キリトリ線



院長 本竹秀光

コーヒーの香り

3年越しに待望のコーヒーショップ「ドットールコーヒー」が中部病院外来にオープンしました。皆さん利用されましたか。まだ患者さんが受診する早朝、外来はコーヒーの香りに包まれています。患者さんが増えてくるとその香りは患者さんに吸収されるのか薄くなつていきます。患者さんの脳に届いたコーヒー香はきつとりラックス効果をもたらしていることでしょう。外来待ち時間にイライラする患者さんに癒しをもたらしてくれることを期待します。



「ちゅうぶshow」では中部病院ならではの取り組みをこっそり紹介します。



久しぶりの宮古島でいつも笑いを誘っているのが、患者さんや職員から発せられる方言です。特に、とっさに出てくる方言は、状況がリアルにイメージでき爆笑です。直に聴くともっと面白いですよ。左側の写真は潮干狩りに行き、取ったカニです。から揚げにして食べました。ノミヤクチ宮古島へ(いらっしやい宮古島へ)ノーナシマチウリバー(みんな待っていますよ)。

34年ぶりの宮古島... 県立宮古病院 看護部長 平良弘子 月過ぎようとしています。地元の方々よりは、「もう慣れました?」と聞かれ、「はい」と答えつつ「元々地元です...」と心の中でつぶやいています。

34年ぶりの宮古島... 県立病院・リレー連載 宮古歳時記

沖縄県立中部病院へのお問合せ

〒904-2293 沖縄県うるま市宮里281
TEL: **098-973-4111** (代)

FAX: [代表] **098-973-2703**
[地域連携室] **098-982-6568**

沖縄県立中部病院

検索



ホームページ <http://www.hosp.pref.okinawa.jp/chubu/>