

ゆい ちゅうぶ



pickup!

中部病院 臨床研修 プログラム

～ようこそ！研修医のみなさん～

本竹院長の提案で、花壇をリニューアル!!!
小さなブルーのお花が春の訪れと共に少しずつ
芽吹き始めてます。

【催し物のご案内】

- 4/25(火) 第89回 ゆんたく会
【第3会議室 14:00～16:00】
- 5/23(火) 第90回 ゆんたく会
【第3会議室 14:00～16:00】
- 6/27(火) 第91回 ゆんたく会
【第3会議室 14:00～16:00】

6/5(月) 世界禁煙デー院内イベント

【就任のご挨拶】玉城 和光 副院長 新垣 澄夫 事務長

新連載 [栄養士連載企画:くわっちいさびら]



中部病院臨床研修プログラム

～ようこそ！研修医のみなさん～



初めての電子カルテ操作研修。真剣な顔で説明を受けます。

毎年4月はどの企業・医療機関でも新人を迎える時期だと思います。中部病院も医師・看護師・事務員に加えて医学部を卒業したばかりの初期研修医たちが入職します。

当院は市中病院としては珍しく定員が多く、今年は28名を迎え、先日辞令交付式が院内

で執り行われました。彼らは

これから2年間、国が定めた研修を行います。中部病院は50年前から卒業したばかりの医師の研修を行ってきました。それは戦後医師が不足する状況を打破するために、琉球大学医学部が創立される前から内地の医学部に沖縄の若者を派遣していました。彼らが卒業後沖縄に帰ってきて安心してしっかり実力がつく研修病院を作る必要があったのです。当時米軍統治下であったこともあり、ハワイ大学医学部の協力のもと、米国の医師研修の強い影響を受けたプログラムになりました。

研修のエッセンスをご紹介しますと、どの科の医師になるにせよ卒業後2年間の研修期間中はしっかり患者さんのお話を聞いて身体診察を行うとい



ハワイ大学との繋がりや中部病院臨床研修の歴史についても学びます。諸先輩方の努力が今に繋がっているんですね。

う基本動作を大切にすることで、特定の科に偏らない総合力をつけるということです。内地の医学生は卒業するとすぐに自分の希望する科の研修だけをするという状態が長く続いていました。専門技能の習得は早い

というメリットがあるかもしれませんが、自分の領域以外のことは全くわからないという弊害があります。たとえば心臓の専門科は心臓のことだけ、肺の専門科は肺のことだけ、目の専門科は目だけ、といった具合です。中部病院の研修医たちはそのようなことにならないよう、子供



各診療科指導医の先生との対面。分らないことは遠慮無く「聞く」ことが大切です。

から高齢者、妊婦まで万遍なく診療できる力をつけます。離島を多く持つ沖縄県は、「〇〇だけ診る」超専門家のニーズよりは、守備範囲の高い医師のニーズが高いのです。

彼らは指導医や先輩の監督のもと、日々救急や病棟、外来などで研修をしながら一人前の医師を目指しながら患者さんの診療に当たります。よろしくご支援のほどお願い致します。

臨床研修管理委員会
委員長 金城 紀与史



消防訓練も行います！災害時に備えて万全を期します。





副院長拝命の挨拶

副院長 玉城 和光

この度、4月1日付けで沖縄県立中部病院副院長を拝命致しました。

私は1986年、中部病院研修医20期として医師人生をスタート致しました。4年間に渡りプライマリ・ケアを修めつつ、その基礎の上に内科の修練を積み重ねました。続く5年間、自立して診療が行える実力を身につけるべく、沖縄県立八重山病院にてプライマリ・ケアと一般内科(総合内科)診療に従事し、さらに1995年から3年間、専門性も高めるべく、米国アイオワ大学で血液・腫瘍内科の研究を積んで帰国致しました。1998年から2015年まで当院でお世話になり、その間主に血液疾患の診療に携わる傍ら臨床研修にも関わり、2008年から臨床研修管理委員会委員長の責を7年間担わせて頂き、2013年からの2年間は医療部長も併任致しました。2015年から2年間、副院長として沖縄県立八重山病院へ赴き、人材確保と病院経営改善に動しむ一方で新病院建築という一大事業にも関わらせて頂きました。

これらの経験を活かし、地域住民が、安心して、満足できる医療を提供し、地元で安心して暮らせる環境作りで誠心誠意取り組んでいく所存です。皆様には、これまで以上の御指導と御鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

就任のご挨拶

事務長あいさつ

事務長 新垣 澄夫

中部病院の皆さん、新しく事務部長に任命されました新垣澄夫と申します。

前年度は、宮古事務所総務課で出納管理総括という、宮古地区出先機関の会計書類の審査業務を総括していました。

ところが、一年目でその役職が無くなることになり、急遽沖縄本島に戻ってまいりました。予想外の中部病院勤務ということで、那覇からの通勤用に親戚から軽自動車を借り、沖縄自動車道を毎日往復しています。渋滞が無い宮古島と比べて朝夕の圧倒的な車の量に四苦八苦しています。

県立病院は、10年前に南部医療センター・こども医療センターに勤務していましたが、その頃一緒だった方が何名かいらっしゃり、とても懐かしく感じております。

まだまだ、業務に慣れるのには時間がかかりそうですが、職場の皆さんとコミュニケーションを大切にしていきたいと思っております。カマジサーの自分ですが、宜しくお願いします。



栄養士連載企画

くわっちいさびら

沖縄県立中部病院
管理栄養士 金城 千賀子



* 沖縄の野菜(島野菜)

みなさんは、沖縄の島野菜、どれくらい知っていますか？
幼い頃、おばあの家に行くといつもンスパナー(ふだんそう)のウブシー(蒸し)があり、細かい三枚肉が入っているクタクタ煮のスープでとても美味しかった記憶があります。

沖縄には、古くから医食同源の言葉があり、様々な食材に合わせ、島野菜や野草を調理する「薬になる食べ物(クスイムン)」や「シンジムン(煎じ物)」などがあります。沖縄の島野菜は色合いも濃く抗酸化力も高く、また、ビタミンやミネラルも多く含まれることも知られています。

厚生労働省が奨める1日の野菜摂取目標量は350gですが、沖縄県の野菜摂取量は全国でワースト3の260gです。でも「これって、意外だと思いませんか？」沖縄料理のゴーヤーチャンプルーやパパイヤチャンプルー、人參シリシリはよく食べていませんか？

野菜の目標摂取量をとるには、日頃から意識しないとなかなか難しいですね。

野菜不足にならないように島野菜も上手に取り入れましょう。

方言名	ゴーヤー	ハンダマ	デークニ	ウンチェーバー	マッコー	サクナ
和名	にがうり	水前寺菜	島大根	空心菜・えんさい	マコモダケ	ぼたんぼうふう・長命草
方言名	ナーベラー	カンダバー	シブイ	ダッチョウ	マーミナー	チンクワー
和名	へちま	かずら	冬瓜	島らっきょう	もやし	島かぼちゃ
方言名	モーウィ	ンスパナー	シマナー	シカクマメ	タマナー	クワンソウ
和名	赤毛瓜	ふだんそう	からし菜	しかくまめ	キャベツ	わすれぐさ
方言名	パバヤ	ネリ	チシャナバー	フーロー豆	ヌービル	
和名	野菜パパイヤ	オクラ	かきちしゃ	じゅうろくささげ	のびる	
方言名	ンジャナ	チデークニ	フーチバー	フィラムシルー	イーチョーバー	
和名	ほそばわたえ・ニガナ	島人參	よもぎ	おおたにわたり	ういきょう	



参考資料: おきなわ伝統的農産物データベース等

健康 あるある リハビリ



「痛み」とは簡単に言いますと、実質的または潜在的な組織損傷に関連した不快な感覚、情動体験である。と定義されます。発生機序は脊髄―末梢神経系に由来する器質的な痛みもあり、情動の要素を含みそれが心理、社会的な因子により修飾されて苦悩が形成され、周囲の環境にたいする反応(痛み行動)が生まれる場合もあり複雑で怪奇のものです。

例えばリハビリテーションの場面で遭遇する痛みの中には、器質的には問題ない痛みで認知行動療法でよくなる痛みもあります。(どう考えるか、小さな成果を沢山集めるように方向性を付ける)また、不思議と切断された脚の先端に痛みが生じることもよくあることで痛みを感じる部位が断端に近くなることで徐々に消失することがあります。疲れやすい日は痛みを強く感じることもあるかもしれません。

しかしながら体への侵襲が大きく安静を余儀なくされる場合は困難ですが、動くことで疼痛は軽減できます。運動野は、痛みを抑制させるプロセスがあります。20時間以上の運動により変化があるとの文献が多いようです。10分程度の運動でも効果があります。リズムミク運動でセラトニンの出やすくなる効果もあります。

医者半分、ユタ半分、とよく言われますが理学療法士も頼りにしているのかもしれない。運動の方法、頻度、評価について正しい情報を提供できるものと考えています。

県立宮古病院 リハビリ室 室長 金城孝



キトリ線



キトリ線



退職者 激励会 及び 転出



退職者激励会及び転出者送別会
平成29年3月24日(金)うるま市のニュー三和にて、平成28年度県立中部病院退職者激励会及び転出者送別会を開催しました。今年度の定年退職者は4名、他の県立病院等への異動は97名、そして26名の研修医の先生方が臨床研修を終了されました。本格的なかぎやで風幕開けが始まった激励会は、今年度で退官されるハワイ大学医学部副学部長 Satoru Inui 先生からの挨拶や、退職者への愛のこもった余興など、様々な催し物があり盛大に盛り上がりました。定年退職者及び転出者の皆様、今後の活躍を期待しています。

退職者激励会及び転出者送別会



「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。

県立病院・リレー連載 病院歳時記

定年記念旅行

編集担当 仲間 元子

去った、3月2日から6日まで、妹からの「定年の記念にプレゼントするか?」という言葉で「良い」と返事し、行き先は前々から、一度は泊まってみたい!! ホテル「リッツ・カールトン」大阪に決まり(もちろん一泊ですが)3月2日を楽しみに仕事に励みました。

ホテルは、入り口から「私たちが泊まるホテルではない!」感じっぱいの、おもてなしで、お部屋も宿泊客同士が顔を合わせ無いうように配慮されていたり、何よりも、スタッフの気遣い・心配りはこちらが恐縮するくらいで、最初は妹と「こゆうホテルは1回泊まればいいね!」と言っていました。帰る時は「もう1回くらいは泊まっても良いか?」との気持ちに変化が!!!

高級なおもてなしを受けた満足感があり、高い料金の意味がわかった気がしました。翌日からは、いつものビジネスホテルで、ホッとしながら「高野山巡り」を楽しんできました。



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

