

陽春の候、皆様におかれましては益々ご健勝の事と御慶び申し上げます。

4月といえば新年度・新生活のスタートです。新年度に新しい場所で勤務を始めることは、当事者だけならず受け入れる側も多かれ少なかれ気が引き締まる想いです。新生活を始めると、新しいことだらけで慣れるのに精一杯になり気疲れしてしまうと思います。慣れない状況や厳しい環境に身を置かれている人は、もしかしたら開始早々に逃げ出したくなる気持ちになるかもしれません。皆様ご存知の「石の上にも三年」という諺があります。新天地での数年はつらい思いをするかもしれないませんが、その我慢や忍耐が後の大きな成功につながることもありますので、どうかこの思いを胸に抱きながら頑張ってくださいと思います。

また、沖縄には「なんくるないさ」という先人たちが残してくれた島言葉があります。苦境に陥った場合は、ネガティブな気持ちを抑えて、余裕をもってあせらずに行動や立ち振る舞いを行って頂ければと思います。

我が国は少子高齢化、低迷する経済、1000兆円を超える負債をかかえ、果たして再び蘇ることが出来るのか、多くの国民は憂慮している事かと思えます。このような状況において、今後の医療・福祉がどのような展開を見せるのかは大きな関心事です。医療と福祉を別々に切り分ける事は非現実的であり、

医療・福祉をトータルで考える必要性があり高齢化社会を見据えて様々な政策が打ち出されています。急性期から慢性期まで幅広く医療をカバーする「おもと会」グループの中で、当院は急性期高度医療を担っています。2023年11月に那覇市内で初めてロボット手術を導入しましたが、いまや婦人科のロボット手術は九州・沖縄で1位の件数を、そして2024・2月から開始した消化器手術（大腸がん手術）が県内2位の件数をこなしています。また救急医療に関しては365日24時間救急診療を提供（↓2024年は救急患者9000人、救急車搬送3471件を受け入れました）し、年々救急受診患者数は増加しております。

新年度挨拶



病院長
Koichi Oshiro
大城 康一

大浜第一病院が所属する「おもと会」グループの今後の更なる発展と高齢化の社会情勢に対応するための礎として、病院に隣接する形で現在新棟工事が行われていますが竣工は2025年夏頃の予定です。新棟1Fは拡張された救急室のフロア、2Fは血管造影室装置の更新を中心とした心臓血管センターおよびパワリハビリ室フロア、3Fは安里地区における各施設事業の集約化をはかったフロア、4Fは、250人収容できる階段式講堂と研修センターのフロアとなっており、急性期・慢性期まで幅広く診療をカバーできるような新棟となっています。「地域医療支援病院」として地域の医療機関との連携を今まで以上に強化し、充実させるとともに、地域全体の医療の質向上を図り、地域の患者さんに、より良い医療を迅速に提供し皆様方に満足して頂けるよう職員一丸となって努力していく所存です。引き続きご理解・ご支援を賜りますようお願い申し上げます。

大浜第一病院基本理念

- ① 患者様の善きパートナーとして、寄り添い、ともに考え、より良い医療を提供します。
- ② 地域の医療・保健・福祉を支え、すこやかな社会の実現に貢献します。
- ③ おもと会の一員として、互いを思いやり、誇りをもって働ける病院を目指します。



INFORMATION

01 | 2024 年度 臨床研修終了式

2025年3月7日（金）、「第22回大浜第一病院臨床研修終了式」が行われました。今年度は加地将真医師、江成萌医師、砂川大輔医師、前原陸医師、棚橋瑛医師の5名が研修修了となり、大城病院長より修了証書が授与され、「研修期間でいろいろ苦労されたかと思いますが、今後も患者さんと真摯に向き合い、患者さんに優しく、患者さん中心のチーム医療を実践して下さい。」と饒の言葉が贈られました。職員一同、益々のご活躍を祈念しております。



02 | 退職医・入職医のお知らせ

下記の医師が3月をもって退職致します。
ご不便をおかけしますが、ご理解頂けますようお願い申し上げます。

山城 正一郎	整形外科	棚橋 瑛	研修医
山入端 一貴	呼吸器内科	砂川 大輔	研修医
与那覇 健	糖尿病・内分泌センター	前原 陸	研修医
江成 萌	研修医	加地 将真	研修医

下記の医師が4月から入職致します。

金城 治	内科	新垣 基	整形外科
三塚 智彦	糖尿病・内分泌センター	平野 友也	研修医
小祝 千夏	婦人科	山崎 香織	研修医
谷口 拓大	内視鏡センター	岡野 安那	研修医
我謝 正平	呼吸器内科	武島 義一	研修医
仲里 光平	整形外科		

今月の smile ニュース



今月の新入職員
精一杯頑張りますので、宜しくお願い致します。

入学式、入社式と四月はあわただしい月ですね。
大浜第一病院でも、真新しい制服で初々しい新入職員が各部署にて先輩方の指導の下頑張っています。
うちの子も、四月から新入職員として毎日覚える事が沢山あって大変!!と言っている。

医療コンシェルジュ・上地の
外来より
こんにちは

ながらも仕事は楽しいと頑張っています。
初々しい姿を見ると、私も初心にかえって頑張らねばと思う今日この頃です。



医療
川柳
手術室
祈る心が
集う場所
20代看護師

Dr. 仕垣セレクト
の名言
医学・医療

力のある者は、決して威がない。
力のある者はほど無言のまま動きかける。
真の道徳とは、言葉の終わったところから始まる。

シュバイツァー
おしり先生

編集後記

Text: 総務課 金城

春は別れ、また出会いの季節でもあります。当院も60名の新入職員を迎え、やる気に満ちた新人を見ると、私も気が引き締まる思いです。これから、楽しいことやきついこと、様々な経験をするかと思いますが、本当にきつい時は先輩方を頼ってください。優しい先輩がアドバイスをくれます!(^^)!

何かとお忙しい季節の変わり目ではありますが、くれぐれもご愛ください。それでは、次月号をお楽しみに!



40代の壁を乗り越える美容トレ
「肌の再生医療の専門家」が付度なしで教える
最高のエイジングケア

KADOKAWA、2024年

もう、そんなに洗うな!

40歳を過ぎたところから妙に髪がパサパサするとか感じていた。熱心に洗って丁寧に整髪すればするほど悪くなるのを感じ、自分の姿が重なる毎日であった(隔世遺伝するっと思いますよ)。

そんな折、出張先で見た髪を洗う毛予防の本に「髪を洗うすぎると禿げる。でも、洗わなくて禿げた人はいない」という記述を見つけた。それを得たのと感じた。それを来、私は髪を洗わない努力をした。正確にはお湯だけで流すだけの「湯シャン」である。当初はすごく不潔な気がしたものの、慣れるとシャンプーより地肌の匂いのする頭皮の方が健康的に感じようになり、自分ではまあまあ気に入っている(他人がどう思っているか不明であるが)。

「最高のエイジングケア」と最上段に構えられると引いてしまうが、本書で繰り返し述べられるのは「皮膚を過剰な刺激から守る」「徹底的に保湿する」といった、医学的には至って真つ当でシンのな対処法である。過剰な洗顔は(どんなにモコモコ泡でも)皮膚にとっでは刺激だと断言しており、たしかに「付度なし」で書かれていた。なあと感心した。

様々な思惑の交差する美容業界において「余計なことをするべからず」というポリシーで貫かれた本書は、読んで心地よく、何より信頼できる。とはいえ、毎日熱心にモコモコ泡で洗顔する妻や娘に本書を勧めても陰で「家では話題にすら出さず、そつと本コラムで紹介するのである。」



イベリコ栢木
内科医。
"Read Hard! Sleep Well!"
がモットー。

Review



先週の3月14日(金)に2年間、院内研修と共に多くの学びをさせていただいた群星沖繩臨床研修センターの修了式が執り行われ、当院研修医5名も研修修了しましたことをご報告いたします。

大城院長先生の開式のご挨拶から始まり、証書授与式、加地先生の病院代表挨拶等ございました。岡田先生に代わり研修医(室)をまとめあげ見守ってくださった高嶺先生へのサプライズ花束贈呈、記念名譽院長先生もご臨席し、後の懇親会では美味しいご飯を頂きながら研修医の先生方との会話も弾んでおられました。ご利用臨席いただいた先生方、ありがとうございました。

2年間、ご指導にあたってくださりました全先生方へは改めて深く感謝申し上げます。研修医の皆様も本当にお疲れ様でした。今後の活躍を楽しみにしております。

研修医の皆、ちばりよ☆

ちばりよー!

新米ドクター



第20回群星沖繩臨床

研修センター修了式

からだの通知表

検査科
上江田 ゆかり

〈肺機能検査④〉

肺機能の精密検査に肺拡散能DLcoがあります。肺胞から肺胞上皮および毛細血管を介してガスの運搬能力を測定します。

測定方法 ①普段の安静な呼吸を数回行ったあと。吐

- けるだけ息を吐きます
②次に4種混合ガスを吸えるだけ一気に吸います
③吸いきったら10秒間息を止めます ④その後一気の吐ききります ⑤最後に吐いた息の中のガスを測定し、拡散能力が算出されます。



臨床工学科の

日本発の抗凝固薬

臨床工学科
前川正樹

治療目的で医療機器に血液を循環させる為には血が固まらないようにするお薬(抗凝固薬)が必要です。しかし血が固まらなくなる抗凝固薬は出血の原因にもなってしまう。そこで医療機器の中を通過するような短時間だけ効果を出す薬剤として特定の症例ではフサン(メシル酸ナフアモスタット)という薬剤が使用されます。海外で発明された物も多い薬品業界ですが、この薬剤は1980年台に大阪大学蛋白質研究所 藤井節郎先生と我が国の薬品メーカーで開発された事が特徴です。この国産薬品は血液透析などを中心に現在も国内で幅広く使用されています。



定期的に健康診断をしましょう!

健診ナビ

総合健康管理センター
保健管理科保健師
平山 ゆみ子

PSA検査について

PSA検査は、前立腺がんの可能性があるかどうか血液検査で調べられます。前立腺肥大や前立腺炎でも高値になることがあります。オプション検査として事前予約制でしたが、ドック当日お申込みできるようになりました。人間ドックで40歳以上の男性が対象です。年に一回定期的な検査をお勧めします。

(前立腺で治療中・通院中の場合は主治医とご相談下さい。)



寝ながらできる、簡単腹筋トレーニング!

まずは無理ない範囲で運動を始めてみましょう!

この体操は寝る姿勢で行えるため、運動が苦手な方でも行いやすい体操です。

基本姿勢



腰の負担を減らすために膝を曲げてリラックスしましょう

まずは10回から始めてみましょう!

運動時の姿勢



ゆっくり息を吐きながら自分のおへそを見るように頭を上げます
3秒かけて頭を上げて、3秒かけて下げる

注意点

※息を止めないようにする(血圧が上がる為)
※体に痛みがある場合は運動を中止する



リハビリテーション科
知念 武之

理学療法士・作業療法士による

健康体操館

薬にまつわる

イトヤトラ

薬剤科
姫野 耕一

健康食品の正しい
利用法について

「ふだんからメモをとり体調に異常が生じたら摂取中止、保健所へ」

「健康食品は薬ではなく食品なのだから、いくら食べても害はないし、副作用もない」ということはありません。また、使用する人の体調や体質などによってアレルギー症状が出たり、具合が悪くなったりすることもあります。健康食品を使用する場合には「もの」と「期間」と「量」のメモをとるようにしましょう。メモをとるのが負担であれば、ラベルや容器を捨てずに保存しておくのも一つの方法です。いずれにしても、体調に異常を感じたらすぐに使用を中止して医療機関を受診し、保健所へ報告すると良いでしょう。具合が悪くなると、使用をやめるだけでなく、ほとんどの健康被害は改善されている様です。気をつけましょう。

お答えします! 病院のギモン

医事課
知念 真紀

医療費の領収書って再発行できるの?

支払い後に発行される領収書は、確定申告の医療費控除や保険会社へ提出するために残している方が多いと思います。当院では領収書の再発行は出来ませんが、その代わりに支払い証明書(1通:税込 550円)を作成しております。ご希望される患者様は、総合受付へお尋ね下さい。※支払い証明書を「依頼してから受け取る」までにお時間を要する場合がございます。