

# ゆうあい

## 新春号

2021.1

社会医療法人友愛会 広報誌

友愛医療センター  
放射線治療を  
開始しました!

豊見城中央病院を受診される皆様へ

**新連載** ヒトナリ、シゴトナリ



# 謹賀新年

コロナ禍の影響で、医療事業を取り巻く環境は大変厳しいものがありますが、地域医療を担う機関としての期待に応えられるよう努めてまいります。

社会医療法人友愛会  
常務理事 諸見里安敏

昨年はコロナ禍で様々な制約を受けながらも友愛医療センターを無事開業させるなど、私も含めた当院職員にとっては大きな成長の機会となりました。今年には当院の新しい機能や強化された点について積極的に皆様へご紹介してまいります。

友愛医療センター  
院長 新崎 修

昨年の新型コロナ感染蔓延中でも変わらなかった、人間ドック健診に対する沖縄県民の期待に応えるべく、今年も安全で信頼度の高い健診を提供できる様、職員一同、努力していく所存です。

健康管理センター  
センター長 宮城 源

社会医療法人友愛会  
副理事長 比嘉国基

今年にはコロナ後の世の中で医療機関の存在価値と  
そのあるべき姿に大きな変化が求められることでしょう。  
全職員二一三一名の叡智を結集してこれに対応し、  
新しい友愛会のかたちを作り上げてまいります。

新型コロナウイルス禍の中、  
昨年は友愛会二病院の同時移転・開業を  
無事に成功させることが出来ました。  
ウイルスとの戦いは今しばらく続くことでしょう。  
一医療人としてこれに立ち向かう決意を新たにするとともに、  
一市民として医療従事者の皆さんへの心からの敬意を表します。  
今年もどうぞよろしくお願い致します。

社会医療法人友愛会  
理事長 比嘉國郎

昨年は友愛会の2つの病院の同時移転を無事に成し遂げ、新たに友愛医療センター、豊見城中央病院が再出発しました。この豊見城の地から高度急性期と重急性期の異なる役割を融合させ、南部地区の医療に貢献します。

社会医療法人友愛会  
統括院長 新垣 晃

本年もリハビリ、かかりつけ医、在宅サービス、緩和の四本柱の充実に努め、同時に透析や各科の拡充を進めて、より地域に開かれた病院を目指して精進致します。今年には丑年。ゆっくりと着実に歩みを進めて参りたいと存じます。

豊見城中央病院  
院長 外間 力人

昨年、PET/CT装置を更新し、高画質画像の提供と放射線被曝量の低減が可能となりました。保険診療、がん検診ともにより迅速な対応を目指します。本年もどうぞよろしくお願い致します。

豊崎クリニック  
院長 小渡 宏之

ウィズ・コロナの時代、超高齢化社会となり、介護の世界にも急激な変化が起っています。その中で、地域連携、リハビリテーションの深化を、ワンチームで進めてまいります。

友愛園  
施設長 新城 哲治

## 2つの病院で下記の医療相談を承ります。

- 病気、治療の不安に関するご相談
- 退院後のご相談
- 治療費が心配
- ご意見や苦情など
- 福祉や介護制度のご相談
- セカンドオピニオンについて
- 地域の医療機関との連携
- かかりつけ医の紹介
- 受診、入院に関するご相談

### 友愛医療センター 地域医療部のご案内

友愛医療センターは、地域医療支援病院として沖縄県から承認を受けた病院です。地域医療支援病院とは、地域のクリニック（かかりつけ医）や介護施設などから紹介された患者さんに精密検査や手術治療などを行う医療機関です。当院での検査・治療が終了した方は紹介元のクリニック（かかりつけ医）や介護施設などへ逆紹介し、日常の健康管理を行っていただきます。患者さんの紹介、逆紹介の手続きやご相談は病院の地域連携室や入退院支援室で行います。



### 友愛医療センター 地域医療部

**対応時間** 月～金 8:30～17:00まで  
土曜日 8:30～12:00まで

☎ 098-850-3811

### 豊見城中央病院 地域連携室のご案内

豊見城中央病院は南部地域を中心とした地域包括ケア支援病院として、在宅訪問診療や外来診療、また介護施設やクリニックなどからの入院受け入れや各種検査を行っており、地域連携室はその相談対応窓口です。また当院は地域の介護・老人入居施設との医療・介護連携がスムーズに行えるよう、相談窓口「医療介護相談センター」を設置し、入退院支援看護師、ケアマネジャー、社会福祉士がご相談に対応しています。



### 豊見城中央病院 地域連携室

**対応時間** 月～金 8:30～17:30まで  
土曜日 8:30～12:30まで

☎ 098-851-0501

社会医療法人 友愛会

# ゆうあい 新春号

2021.1

## Contents

- 2 新年挨拶
- 6 友愛医療センター 放射線治療開始しました!
- 8 友愛医療センターには入退院支援センターがあります
- 10 豊見城中央病院を受診される皆様へ
- 11 南部地域への巡回バス運行中です
- 12 豊見城中央病院 通所リハビリテーション
- 14 日本人女性の9人に1人は乳がんです
- 16 友愛会訪問看護ステーション サテライトいとまん開設
- 18 ヒトトナリ、シゴトナリ #001  
友愛医療センター特命副院長 兼 手術センター長 兼 麻酔科部長 藤村 泰三
- 18 ココロの相談室  
「オンラインを楽しく活用  
～コロナ禍でのストレス・マネジメント～」
- 19 編集委員レポート

### シンボルマークについて



#### マークの説明

シンボルマークは、二つのハートが重なり合っていてできています。これは人と人の心のふれあいを表現しています。心のふれあいが希薄になりがちな現代社会にあって、社会医療法人友愛会は、心のふれあいを大切に医療と福祉に貢献することを目指します。

#### マークの色

マークの中央部分はピンク色で「命」「生命」を象徴します。両側のハート形の部分は緑色で「若さ」と、緑豊かな豊見城市の「自然」を、青色の線は友愛会の理念ともいえる「心のふれあい」「友を愛し、隣人を愛する」を表しています。

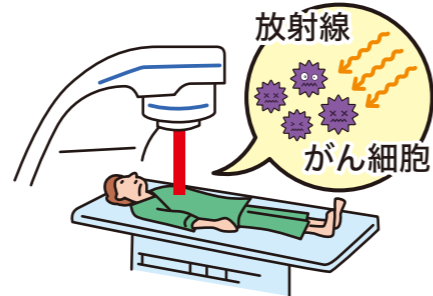
マークのデザイン: 和宇慶朝健先生

# 放射線治療を開始しました!

友愛医療センターは、2020年10月からがんの放射線治療を開始しました。放射線治療と聞くと副作用や費用などが気になる方も多いのではないのでしょうか。今回は放射線治療の特徴や当院の治療体制についてご紹介します。

**がん細胞は放射線に弱い!**

がん治療は主に3つの方法があります。手術・化学療法、そして放射線治療です。放射線治療は、がん細胞が放射線に弱いという特徴を活かした治療法です。



放射線治療によって次のような効果が得られます。

- がん細胞の縮小、死滅
- がん細胞からの出血を止める
- 神経のしびれや呼吸器症状などの改善
- がんの痛みを和らげる（緩和照射）

放射線治療の利点として次のようなものが挙げられます。

- がん細胞のみに作用し、正常組織への影響が少ない
- がんの根治を期待できる
- 身体への負担が少なく、体力のない方や高齢の方でも安心して受けられる

**がんの進行度に関わらず医師が勧めます**

「放射線は最終手段」というイメージをお持ちの方もいらっしゃると思いますが、がんの進行度に関係なく、治療効果が期待できると医師が診断した場合は放射線治療をお勧めしています。



**治療が決定したら・・・**

一定期間にわたって月～金曜日まで毎日治療に通っていただく必要があります。治療時間は約15分で、そのうち放射線の照射時間が約5分程度です。（治療前後の受付や準備などを含めると数時間かかる場合があります）

**途中でやめると、十分な治療効果が得られません。**

部位やがんの種類によって照射する放射線量が決められているため、計画された回数を最後まで行うことが大切です。

**副作用の有無は人によってさまざま**

放射線治療による副作用は人によってさまざまですが、放射線を照射する部位によっては炎症などが起こる場合があります。その際には医師が適切に薬物療法を併用し、最後まで治療を継続できるよう支援しています。また、頭部への照射でない限り治療による抜毛もありません。

**保険適用です**

放射線治療には医療保険が適用されます。がんの種類や治療回数によって治療費が異なるため、当院では適宜、高額療養費制度をご紹介するなど状況に応じた相談を受け付けています。



## 様々なスタッフが患者さんを支援します



**放射線治療医**  
患者さんの検査結果などをもとに治療内容を決定し、治療終了後も定期的に診察を行います。



**画像診断医**  
画像診断で得られる情報を治療に役立てます。



**看護師**  
放射線治療を行う患者さんやご家族が安心して治療が受けられるよう、体調管理から生活面での不安などさまざまなご相談に対応します。



**受付スタッフ**  
スケジュールの説明を行います。必要に応じて、医師や看護師との個別相談の調整も行います。



**放射線技師**  
医師が決定した治療方針に従って、放射線機器を操作します。治療部位を正確に特定し、照射します。

わたしたちにお任せください



## 外来のご案内

**外来診察日** 水曜日・木曜日 14:00～16:30  
**治療日** 平日 月～金曜日（土・日・祝・機器メンテナンス日を除く）  
**担当医師** 琉球大学病院より派遣される医師（交代制）による診察  
**予約方法** お電話または総合案内での**事前予約制**  
**【他院へ通院中の方へ】** 初回受診の際は紹介状をご持参ください。



**受付**



**がんサロン**  
休憩や患者さん同士の情報交換や相談の場所としてご利用できます。

# 友愛医療センターには入退院支援センターがあります

入退院支援センターとは、**看護師や医療ソーシャルワーカー、事務職のほか、栄養科・薬剤科・リハビリテーション科など多職種が関わり患者さんをサポート**する部署です。入院前の準備や入院中にやること、退院(転院)後の支援などについて患者さんがイメージしやすいよう細かく説明を行い、患者さんと病院(入院先・転院先)の繋ぎ役として計画的な入退院を実行します。また、入退院支援センターが患者さんの情報を医師や入院病棟などの当院他部署、転院先へ共有することで入院中の患者さんへ適切な治療を行うことができ、転院先での調整もスムーズに進められるなど、早期退院が可能となります。現在は整形外科を中心に支援を行っていますが、今後は全科に対応していく予定です。

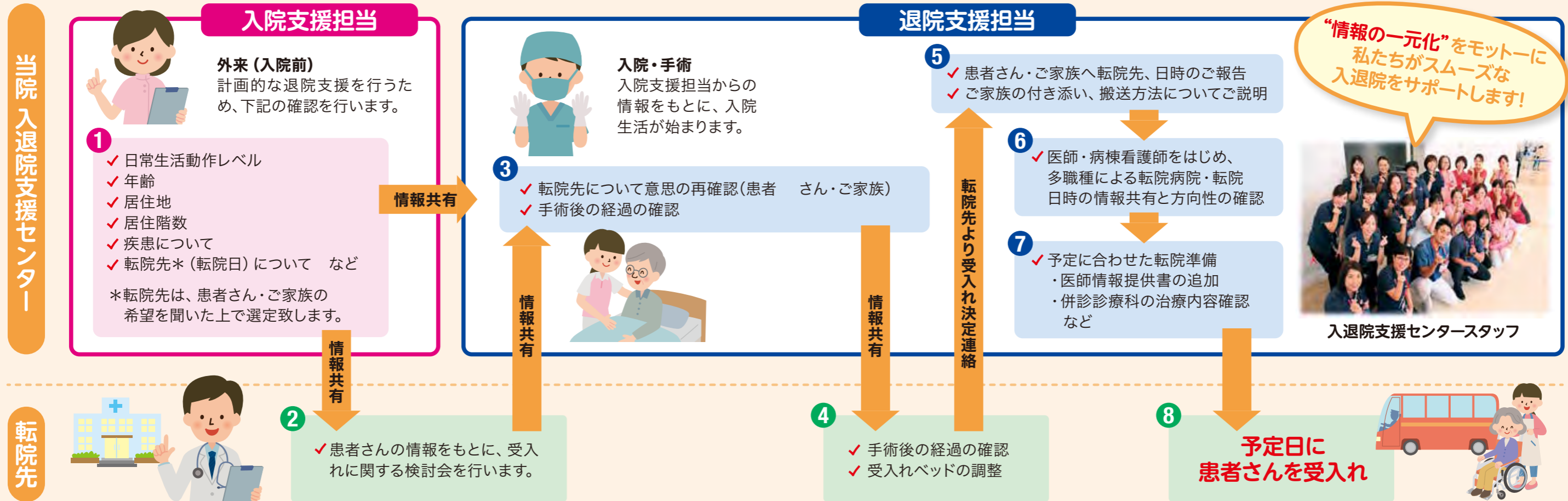


照明を落とし落ち着いた雰囲気の待合スペース。待ち時間はこちらで待機していただきます。



相談のための個室を設けております。透明ボード・アルコール消毒で感染対策もばっちり!

## 入院から退院(転院)までの流れ



### 医師に聞きづらいこともご相談ください

スムーズな入院治療を支援するため、入院前に生活状況の確認、入院・手術についての理解度の再確認を行います。また、患者さんが医師に聞けなかったことや不安に思っていることなどについて、個室でじっくりお話を伺います。患者さんにとって分かりやすい説明を心がけ、そのために様々な疾患について事前に勉強しています。

入院支援担当  
看護師  
伊敷さん



### 「相談員がいる病院」です

入院中の患者さんから情報を収集し、退院するには何が必要か、退院後はどのようなことが予想されるかなど、多職種と連携しながら検討しています。色々な背景があって不安を抱え入院される患者さんが多くいらっしゃる中、「相談員がいる病院」として患者さんに近い存在であることを心がけています。

退院支援担当  
ソーシャルワーカー  
伊佐さん



### 患者さんの笑顔のために

入退院支援センタースタッフ一同、基本的な挨拶からはじまり、笑顔で接することを常に心がけています。患者さんの治療に対する期待度・満足度はお一人おひとり異なりますが、当院を退院されるすべての患者さんが満足感を胸にご自宅または施設に戻れることを念頭に、今後も支援してまいります。今後は当法人内にある2つの病院、友愛医療センターと豊見城中央病院の入退院調整を担う「ゆうあいサポートセンター」の開設を目指し、関係部署と調整をしながら体制づくりを行ってまいります。



入退院支援室  
上運天小百合 室長

# 豊見城中央病院を受診される皆様へ

新しい豊見城中央病院を受診される際のポイントをご紹介します。

## Point 1 初診時選定療養費は必要ありません。

新しい豊見城中央病院を受診する際に初診時選定療養費は必要ありません。

### 初診時選定療養費とは？



「日常の診察は地域の医院・診療所（かかりつけ医）へ、専門的な検査・手術・入院は地域医療支援病院へ」という国が掲げる医療機関の機能分担推進のため、200床以上の地域医療支援病院では他医療機関からの紹介状なしに初診で来院された場合、初診時選定療養費が必要です。友愛医療センターは上記に該当しますが、豊見城中央病院はこれに該当しません。

## Point 2 外来（専門外来および眼科以外）受診の際、紹介状は必要ありません。

急な体調不良などの際、かかりつけ医をお持ちでない方や、医療機関を受診したいけれどもかかりつけ医が休診といった場合、紹介状（診療情報提供書）がなくても受診していただけます。移転後も引き続き、地域の皆様に寄り添った医療を提供してまいります。



## Point 3 専門外来および眼科受診の際は、紹介状をお送りください。

専門外来および眼科を受診される際は、かかりつけ医を通して紹介状を事前に送付いただくか診察の際にご持参ください。紹介状の情報を基に、病院側で診察の予約調整などを行います。紹介状なしで専門外来を受診希望される場合、選定療養費がかかることはありませんが、あらためて検査を行うことがあるため、当日の予約状況により、その日に受診できない場合があります。

**なお、眼科受診の際は紹介状・予約が必須となります。**

スムーズな治療のため、ご理解・ご協力のほどよろしくお願い致します。



## 南部地域への巡回バス 運行中です

豊見城中央病院では、糸満市や八重瀬町など南部地域の皆様にとって受診しやすい環境づくりを目指し、移転前よりも巡回バスのエリアを拡大して運行しています。運行経路は次の7コースとなります。



### 糸満ロータリー折返しコース (友愛医療センター経由)

友愛医療センターを経由し、糸満ロータリーまでの県道256号豊見城糸満線を往復します。

1日6便

### 糸満南部コース

糸満市武富や真栄平・米須・名城など糸満市南部地域を運行します。

1日4便

### 糸満ロータリーコース

県道256号豊見城糸満線から糸満市西崎を経由し、糸満ロータリー・座波などを回り、豊見城団地を経由し病院へ戻ります。

1日5便

### 八重瀬コース

豊見城市保栄茂、糸満市大里から平和祈念堂入口などを通り、八重瀬町安里・東風平など八重瀬町地域まで運行します。

1日2便

### 宇栄原コース

豊見城市役所、豊見城城址公園前などを通り那覇市小禄・宇栄原地域を運行します。

1日4便

### 小禄コース

那覇市の宇栄原団地前やゆいレール小禄駅・赤嶺駅前など小禄地域を運行します。

1日4便

### 友愛医療センター行

豊見城中央病院 ↔ 友愛医療センター間を往復します。  
※糸満ロータリー折返しコース(友愛医療センター経由)もご利用いただけます。

1日2便



私たちが安全運転で送迎致します！

コースや便数は変更となる場合があります。詳しくは豊見城中央病院HPをご覧ください。

詳しくは098-851-0501 (豊見城中央病院 代表番号)までお問い合わせください。

# 豊見城中央病院 通所リハビリテーション

通所リハビリテーションとは、身体機能の早期改善を目的に行う外来リハビリとは異なり、利用者の方が在宅生活を継続できるよう専門の施設に通いリハビリテーションや入浴・昼食などの支援を受け、心身機能の回復と社会活動への参加などの生活機能維持向上を目指す介護保険サービスです。今回は豊見城中央病院の通所リハビリテーションをご紹介します。

## 施設の特徴

- ①豊見城中央病院併設という強みを活かし、医療面でも充実したサポートを行います。**  
母体である豊見城中央病院のバックアップ体制のもと、体調面や食事・服薬などに関する専門的な助言を行い、健康管理について支援していきます。
- ②経験豊富なリハ専門職の配置で、質の高いリハビリを提供します。**  
担当するリハ専門職は臨床経験年数平均10年以上の経験豊富なスタッフで構成。より質の高いリハビリの提供をお約束します。
- ③1時間半の短時間プランから、半日利用・1日利用と利用者のニーズに合わせたサービスを提供します。**  
お一人おひとりの生活スタイルに合わせ、短時間・半日利用など柔軟な対応が可能です。お気軽にご相談ください。

ココがこだわり!

## 「活力」を引き出すリハビリテーション

### 個別リハビリ

週1~2回の個別リハは、利用者ごとに作成された計画書に沿ってマンツーマンで提供されます。

- 身体機能訓練
- 訪問指導：自宅の環境整備・家族指導（介助方法・健康管理の助言など）
- 生活行為訓練：買い物、調理など

### 集団リハビリ（集団体操、サークル活動）

他の利用者との関わりを通して社会活動への参加意欲の回復が期待できます。「サークル活動」は、楽しむことが目的の集団レクとは異なり、利用者自身が選択し主体的に取り組む活動と位置づけられ社会性や認知機能面への効果が期待されます。

## 集団リハビリの一部を紹介

利用者向け講座



運動評価



サークル活動



- ・ヨガ・園芸・手工芸
- ・釣り・映画 など多数

疾患別集団体操



- 当施設では、利用者の送迎も行っています。  
送迎範囲：糸満市・豊見城市及びその周辺区域  
※送迎場所はお気軽にご相談ください。



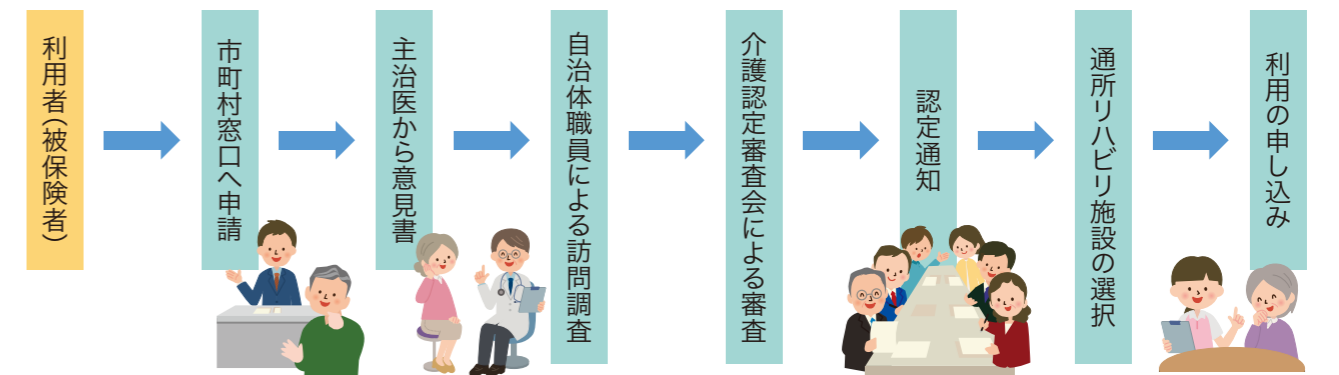
## 当施設でのスケジュール

	1日利用	午前半日利用	午後半日利用
8:50	送迎	送迎	
9:50	到着・健康チェック	到着・健康チェック	
11:00	個別リハビリ 集団リハビリ	個別リハビリ 集団リハビリ	
12:00	昼食 午睡・休憩	昼食	送迎
13:00	個別リハビリ 個別活動	送迎（出発）	到着・健康チェック
14:20	サークル活動	短時間（1.5h）	個別リハビリ サークル活動
16:15	送迎（出発）	来院（送迎なし） 健康チェック 個別リハビリ	送迎（出発）



## 介護保険申請・利用の流れ

通所リハビリをご利用するには、お住いの市町村へ介護保険の申請と、要介護認定または要支援認定を受ける必要があります。その手続きと申請の流れをご紹介します。



私たちがお届けするものは「良質なリハビリ」です。でも決してそれが目的であってはならないと考えます。だって、リハビリだけの人生なんてやっぱり、つまらないと思うから... その先にきっとある、「あなたらしさ」に出会えるために。



お問い合わせはお気軽に

☎098-851-5158

豊見城中央病院 1F 通所リハビリテーション

■受付時間 月～土 8:30～17:30

■定休日 日曜日

体験・見学  
受付中

# 日本人女性の9人に1人は乳がんです

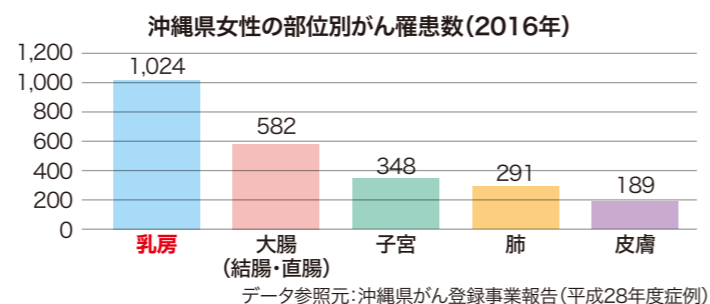


日本人の2人に1人ががんになり、3人に1人はがんで亡くなるといわれるこの時代。中でも乳がんは日本人女性が最も罹患するがんで、最近では9人に1人が乳がんになるというデータがあります。

乳がんは他の部位とは異なり、進行が早いといわれる若い年代での罹患が多く、**早期発見・早期治療が非常に重要です**。ここでは、乳がんの概要と友愛会で行う乳がん検診、治療についてご紹介します。

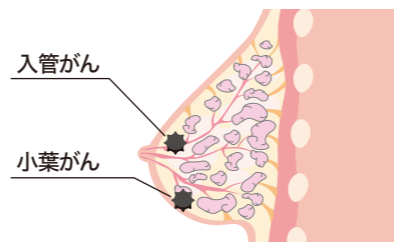
## 沖縄県女性に最も多いがん

沖縄県内の罹患数を見ても、2位の大腸（結腸・直腸）がん、3位の子宮がんに比べて圧倒的に多くなっています。



## 乳がんとは?

乳腺の組織にできるがんで、その多くは乳管から発生する乳管がん。一部乳腺小葉から発生する小葉がんもあります。早期に見つかれば治る可能性が高いのですが、進行すると乳房以外の臓器にがん細胞が転移して様々な症状を引き起こしたり、命を脅かしたりするようになります。乳がんはまれに男性にも発生することがあります。



## 原因

乳がんの発生リスクを高める要因として次のようなものが考えられます。

- 飲酒 ● 肥満 ● 運動不足 ● 閉経後の長期に渡るホルモン補充療法
- 初経年齢が低い ● 閉経年齢が高い ● 出産経験がない ● 初産年齢が高い ● 授乳経験がない

## 症状

主な症状として次のようなものがあります。

日常的にセルフチェックをしましょう!



## 予防・早期発見

乳がん予防として、次のようなものが挙げられます。

**禁煙・節度ある飲酒・バランスの良い食事・適度な体型維持・運動・感染予防・閉経後の肥満を避ける**

乳がんは早期に発見されて他の部位に転移していない場合の5年生存率は95%以上です。定期的に乳がん検診を受けて身体に異変がないかこまめにチェックし、早期発見につなげるのが重要です。

友愛会では、健康管理センターでマンモグラフィと乳房超音波検査による乳がん検診を行い、再検査が必要な方は友愛医療センターで乳房MRIなどを使用した精密検査を行います。

## マンモグラフィ、乳房超音波(エコー)検査それぞれの特徴

### マンモグラフィ

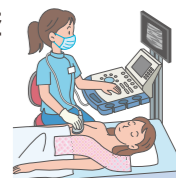
乳房専用レントゲン撮影となっており、乳房を圧迫版で挟み、薄く引き伸ばして撮影をします。



- **〈長所〉** 1枚の画像で全体を見ることができる
- 乳がん特有の石灰化を判断するための1ミリ以下の石灰化の形や分布の把握が可能
- **〈短所〉** 若い乳腺・乳腺密度の高い乳房いわゆる高濃度乳腺(dense breast)に関して精度が低下する
- 放射線被曝がある

### 乳房超音波(エコー)検査

プローブを乳房に当て、超音波を出しながら内部を観察します。



- **〈長所〉** 妊娠の可能性のある方や妊婦さんにも適応
- **〈短所〉** 検査する技師が選定した部分的な情報のみ把握できる

## 検診に携わる診療放射線技師に、検診の概要や受診者との関わり方などについて聞きました。

### 乳がん検診における診療放射線技師の役割は?

乳がん検診では専門医による検査画像の読影が行われています。そのため放射線技師は検査機器の精度管理・画質管理を適切に行い、最適な画像を医師に提供することが重要です。受診者が安心して検査が受けられる環境を築き、そして安定した画像を提供するため、私は2年ほど前に専門の認定資格も取得しました。放射線技師はマンモグラフィの撮影だけでなく、乳房超音波(エコー)検査も臨床検査技師と共に行っています。



診療放射線技師  
天願 幸江 さん



### 日々の検査で心がけていることは?

検査中は受診者にずっと話しかけています。今何をしているのか実況したり、1つ1つの項目について感想を聞いたり褒めたりして緊張をほぐすようにしています。「褒めるのが上手ねえ」と言われたこともあります(笑) また、マンモグラフィは多くの人が痛みを感じる検査ですが、次の検診受診に繋がられるように早期発見の大切さについても一人おひとりにきちんと説明しています。

## 乳がん予防・治療とも、友愛会で安心して取り組んでください。



比嘉 国基  
友愛会副理事長  
(乳腺外科医)

友愛会では法人内各施設の連携により検診から診断、治療、緩和医療に至るまで、乳がんが不安な女性をしっかりサポートします。健康管理センターには女性専用フロアを完備しており、再検査が必要な場合は友愛医療センターでマンモグラフィ、エコー、MRIを使用した針生検などによる精密検査を行います。万が一乳がんが診断された場合には、新しく導入した放射線治療や化学療法、また手術は内視鏡下でできるだけ小さい傷で行うことができ、ナグモクリニック(東京)との連携のもと、人工乳房を同時に再建(1次1期再建)することも可能です。抗がん剤による治療を行う際にも、将来挙児希望の方には当院不妊治療専門医と連携して妊孕性温存(妊娠する力)に取り組みます。また乳がんは術後の薬物療法が再発予防にとっても重要です。従来の化学療法に加えて免疫療法など様々な薬物療法が可能となりましたが、同時に心、肺、皮膚などへの副作用管理が求められ、院内各診療科と連携してこれを治療しています。まずは友愛会にご相談ください。



2020年11月  
開設!

# 友愛会訪問看護ステーション サテライトいとまん



法人グループの病院移転に伴い、友愛会訪問看護ステーションは事業所を糸満市から豊見城市へ移転しましたが、南部地域の皆さまへこれまでと変わらない訪問看護サービスを継続するため、糸満市に「友愛会訪問看護ステーション サテライトいとまん」を新たに開設致しました。

糸満市・八重瀬町・南城市への訪問体制を整えていますので、お気軽にご相談ください。

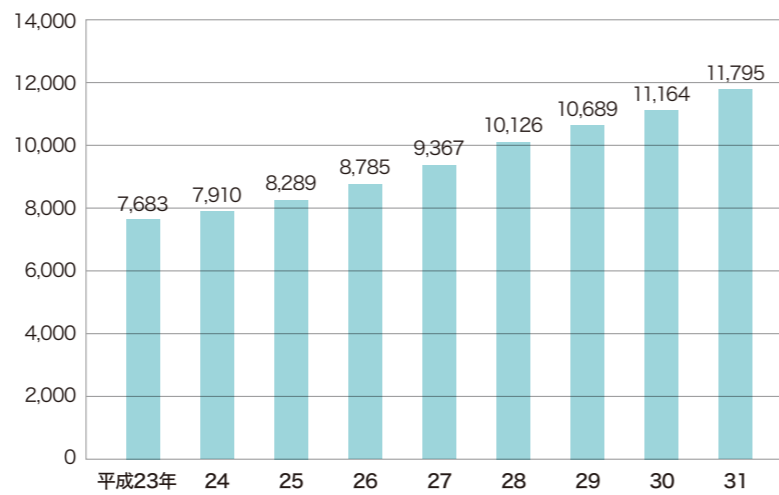
## ● 訪問看護とは？

在宅療養を希望されるすべての方を対象に訪問看護を行い、住み慣れた地域でこれまで通りの暮らしをサポートします。

主治医の指示を受けた看護師がご自宅に訪問して、その方の病気や障がいに応じて病院と同じような医療処置や看護を行い、健康状態の悪化防止や回復に向けてお手伝いします。また、ご自宅で最期を迎えたいというご希望に沿った看護も行います。

近年、訪問看護の需要は全国的に増えており、沖縄でもその役割は重要性を増しています。

訪問看護の請求事業所数の推移(全国)



参照元:社保審-介護給付費分科会 第182回(R2.8.19)資料

## ● サテライトの仕組み

サテライトとは、本拠地から離れた場所に設置する小規模な事務所で、本拠地機能の一部を担う施設です。豊見城中央病院内に併設している友愛会訪問看護ステーション本体は那覇・豊見城地域を、サテライトいとまんは糸満・八重瀬・南城市の南部地域を担当します。



## ● 支援内容

友愛会訪問看護ステーション サテライトいとまんでは、次のような支援を行っています。

24時間365日対応いたします!

### 介護支援相談

家庭の介護状況、健康状態に配慮し生活全体を考えた介護のご相談や、精神的な支援



### 療養上のお世話

身体の清拭、洗髪、足浴、入浴や食事の介助など



### 自宅でのリハビリ

寝たきり予防、生活動作、呼吸、嚥下機能の回復



### 病状の観察

病気や障害の状態、血圧・体温などのチェック



### ターミナルケア

症状の緩和や心のケアに配慮し、看取りのお手伝い  
※ターミナルケア:終末期の医療や看護のこと



### 医療処置・医療機の管理

(医師の指示によるもの)



## 私が訪問します



看護師  
井上 亜紀子 主任

大好きな沖縄で訪問看護をやりたくて、神奈川県から糸満市へ移住し、あっという間に9年が経ちました。

最初の頃は道も方言も分からず、仕事にも慣れず、大変なこともありましたが、スタッフや利用者さん・ご家族など多くの方々に支えていただき、ここまで頑張ることができました。訪問看護は1人で訪問し、利用者さんの状態を判断・ケアしなければなりません。非常に難しい仕事ではありますが、在宅という日常生活の中にお邪魔させていただく分、病院では見られない利用者さんの日々の生活やご家族との関わり、また病気によって日常生活で何に困り、何が不安であるかを知ることができます。その中で病気であっても利用者さんが自分の人生を自ら決め、自分らしく生きられるよう、訪問看護師として何が出来るかを常に考えながら、医師や他職種と連携し、これからも関わっていきたいと思います。

## ～地域の皆様へ～



友愛会訪問看護ステーション  
渡嘉敷 美和子 所長

当ステーションは、友愛会南部病院の開院に伴い豊見城市から糸満市へ事業所を移し、地域の皆様と共に歩んで参りました。今では

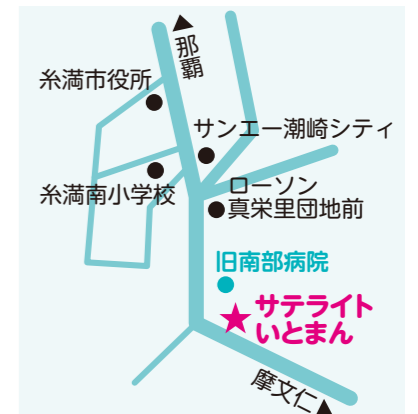
糸満市内への訪問が全体の6～7割を占めています。

2020年8月、南部病院の豊見城中央病院への移転に伴い事業拠点を再び豊見城市へ移しましたが、糸満市にサテライトを構えることで、これまで通り糸満市及び南部地域の医療機関や介護施設などと連携し、医療ニーズが高い方や在宅で最期まで過ごしたい方など、0歳児から高齢者までご支援させていただきます。

在宅療養するにあたり、お困りごとやお悩みがありましたら、お気軽に当ステーションへお問い合わせください。

## ◆◆ サテライトいとまん ◆◆

- 住所 糸満市真栄里923番地
- 電話 098-840-3290
- FAX 098-840-3292
- 窓口対応時間 8:30～17:30



# ヒトトナリ、シゴトナリ



#001

藤村 泰三

友愛医療センター特命副院長  
兼 手術センター長 兼 麻酔科部長  
職種：医師

整備も自身で行い、自分好みにカスタムするのも楽しみの一つ。「バイクに乗ると整備するのではどちらが好き？」の質問に「この年になるとどっちもしんどい」(笑)。そう言いながらもバイクはピカピカで大切に管理されており、バイク愛が伝わる。

休日は緊急手術で呼ばれることもあるためあまり遠出はできないが、空いた時間にフラッと近場を流しているそう。今一番望むことは「友愛医療センターの駐輪場に屋根を付けてほしい」だそう。藤村医師の想いが届きますように！

今回から始まる新企画「ヒトトナリ、シゴトナリ」。友愛会職員の工作中的の真剣な姿とは違ったプライベートな部分を少しだけお見せします。

大阪府出身。琉球大学医学部時代から数えて沖縄在住歴は約30年になるが、いまだバリバリの関西弁。指摘すると、「標準語のつもり」と真顔で話す。学生時代からのバイク乗りで、現在所有する台数はなんと19台。50ccから1000cc超えのバイクまで、その日の天候や気分によって乗り分けている。今回お披露目する愛機は、超レアなホンダNR750。バイク好きな人と言わせると、「バブル時代の超高級車」だとか。名付けて『バイカーホイホイ』。駐車しているとバイカーが次々に寄ってきて「初めて現物を見た！」と一様に大興奮。そんなレアバイクを、「なんなら、そのへんを走ってきて良いですよ」と惜しげもなく言い放つ。「こういうものは、みんなで楽しんで方が良い」のだそう。しかし自身が乗っているときには「下敷きになってもバイクを守る！」。フランクさと茶目っ気のある人柄が伺える。



## ココロの相談室

## オンラインを楽しく活用 ～コロナ禍でのストレス・マネジメント～

コロナ禍によるストレスが溜まっていますか？  
新型コロナウイルスが猛威をふるっている昨今、これまでの生活が様変わりし、当たり前でできていたことが制限されるなどストレスを感じる一方、発散できる機会は減っています。ストレスが許容範囲を超えてしまうと、精神面・身体面にも影響が出てきます。

### 精神面

- ・適応障害
- ・パニック障害
- ・うつ病



### 身体面

免疫力・抵抗力の低下



ストレス解消に向けた対処を専門的には「コーピング」と呼びますが、このコロナ禍では、新たなコーピングを模索する必要があり、やはりオンラインで体験できるものがこの時代ならではのかもしれません。

今や、ヨガ教室やコンサート、マラソンなどさまざまなものがオンライン化されており、沖縄県内にいながら世界中の教室やイベントに参加したりさまざまな人たちと交流したりでき、移動コストをかけずに楽しむことができますね。

脳は新しいこと(新奇性)を好む傾向があります。この機に今まで踏み出せていなかった初めてのことにチャレンジして、ウキウキ・ワクワクを味わいながらストレス・マネジメントをしてみたいかがでしょうか。

臨床心理士 瀬名波 耕二

## 編集委員レポート

その症状、本当に加齢のせい？

## “心臓弁膜症”をテーマにWeb市民公開講座を初開催しました

友愛医療センターは2020年11月1日(日)、“心臓弁膜症”をテーマとした「Web市民公開講座」を開催しました。当院ではこれまでも市民公開講座を開催してきましたが、今回はオンライン会議アプリ”Zoom(ズーム)”を使用した初めてのWeb開催。インターネット越しに最大80名を超える方々にご聴講いただきました。

### 心臓弁膜症とは？



心臓にある弁に障害が起き、血液の流れが悪くなる病気。症状が分かりにくい場合や無症状の場合もありますが、一旦症状が発生するととても進行が早く、生命に関わる非常に怖い病気です。また、45～64歳までの罹患率がわずか1.9%なのに対し、65歳以上で8.5%、75歳以上では13.2%にまで上がります。

### 心臓弁膜症の主な症状

動悸・息切れ



胸痛



失神



疲労感



むくみ



左のような症状に  
心当たりの方は、  
かかりつけ医に相談しましょう！

講座では、循環器内科部長 嘉数真教医師と、特命副院長兼心臓血管外科部長 山内昭彦医師が「心臓弁膜症に早く気付くために大切なこと」「症状が発生した場合に当院で行う低侵襲治療」をテーマにそれぞれ講話を行いました。当院ではこれからもWeb市民公開講座などを開催し、市民の皆様の健康づくりに寄与していきたいと考えております。今後の予定はホームページなどで随時発信していきます。どうぞご期待ください。

今回の講演録画は、右のQRコードまたは友愛医療センターのホームページからご覧いただけます。ご興味のある方はぜひご視聴ください。

ご視聴はこちらから



## 健康スリム倶楽部を開催しました

楽しく・美味しく 健康づくり♪

2020年11月22日(日)健康管理センターで「健康スリム倶楽部」を開催しました。このイベントは豊見城市民の皆さんに生活習慣病予防について楽しく学んでもらうことを目的に豊見城市が主催するもので、当センターは市の依頼を受けて年に数回実施しています。当日は、生活習慣病を予防するための食事方法や生活習慣と関連が高いといわれるがんの予防・早期発見に関する同センター長・宮城源医師の講話や、自宅で気軽にできる運動の実技指導を行いました。参加者からは「お酒との付き合い方や間食の摂り方など、頭では分かっていたけれど教えてもらうことでより理解できてよかった」「おいしい食事も付いて嬉しい」といった声が聞かれました。



運動実技の様子(左)と  
バランスのとれた食事(上)

### 次回開催予定

2021年2月13日(土)

詳しくは下記まで  
お問い合わせください

豊見城市役所健康推進課  
TEL:098-850-0162

【ゆうあい編集後記】 明けましておめでとうございます。友愛会に関わる皆さんが今年も良い1年のスタートを迎えられていることを願います。今回の「ゆうあい」では新コーナーとして普段できばきと機敏に働く職員の裏側にスポットを当てた「ヒトトナリ、シゴトナリ」をスタートしました。仕事を離れた職員の違う一面にも触れていただき、微笑ましく感じていただけましたら幸いです。(広報誌編集委員・森 智恵美)



〒901-0225 沖縄県豊見城市豊崎1番412

社会医療法人友愛会 豊見城中央病院附属

**豊崎クリニック 沖縄PET画像診断センター**

TEL:098-840-5151

受付時間 (月～金) 8:30～17:30  
(土) 8:00～17:00

休診日	水曜、日曜、祝祭日
-----	-----------



〒901-0225 沖縄県豊見城市豊崎3番49

社会医療法人友愛会 豊見城中央病院附属

**健康管理センター**

TEL:098-852-2000

受付時間 (月～土) 9:00～15:00

※土曜日は不定期で営業していますので事前にお問い合わせください。

**県内初の男女別検査フロア**

休診日	土曜 (当センターカレンダーによる) 日曜・祝祭日
-----	------------------------------



〒901-0243 沖縄県豊見城市字上田25番地

社会医療法人友愛会 介護老人保健施設

**友愛園**

TEL:098-856-4707

窓口対応時間 8:30～17:30

日曜・祝祭日の窓口業務はお休みです。
--------------------

所在地・連絡先が  
変わりました!

社会医療法人友愛会

**在宅介護事業部**

TEL:098-851-5234(代表)

〒901-0243 沖縄県豊見城市字上田25番地

●ホームヘルパーステーション友愛

TEL:098-851-9413

〒901-0243 豊見城市字上田25番地(豊見城中央病院内)

●友愛会ケアプランセンター

TEL:098-850-4165

〒901-0224 沖縄県豊見城市字与根50番地5  
(友愛医療センター内)

●友愛会訪問看護ステーション

TEL:098-851-9414

〒901-0243 豊見城市字上田25番地(豊見城中央病院内)

●豊見城市地域包括支援センター友愛

TEL:098-850-1324

〒901-0243 沖縄県豊見城市字上田25番地

●豊見城中央病院ケアプランセンター

TEL:098-851-9408

〒901-0243 豊見城市字上田25番地(豊見城中央病院内)

