

社会医療法人友愛会広報誌

FREE

ご自由に
お取りください

ゆうあい

秋号

2023.10



社会医療法人 友愛会

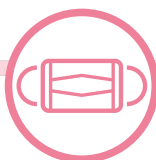
新型コロナウイルスの5類相当移行に伴う友愛会の対応について

政府は3月13日からマスク着用について、基本的に個人の判断へ委ねると同時に、重症化リスクの高い方への感染を防ぐため、医療機関施設内でのマスク着用を推奨しています。

友愛会の各施設には高齢者・基礎疾患のある方・妊婦など重症化リスクの高い多くの方々が訪れます。このような方々を感染から守るため、引き続き以下の対応を行います。

マスク着用について

友愛会各施設内では、引き続き**マスクの着用をお願い致します。**



入館時のお願い

友愛会各施設入館時には、体温測定・アルコール消毒をお願い致します。



面会・付き添いについて

感染状況等に応じて、随時変更することがあります。

下記QRコードより各施設ホームページをご確認ください。



荷物の受け渡しについて

各施設の入院患者さん、入所者さんの荷物の受け渡し時間を設けております。

友愛医療センター：平日（月～金）15時～17時 場所 各エレベーターホール

豊見城中央病院：詳細は病院へお問い合わせください。TEL：098-851-0501（代表）

友愛園：詳細は施設へお問い合わせください。TEL：098-856-4707（代表）



風邪症状のある方へ

友愛会施設での診察・検査等を予約済みで、風邪症状のある方は各施設へご相談ください。

発熱症状のある方は右のQRコードを読み取って発熱外来医療機関をお問い合わせください。



沖縄県ホームページ
(外部サイト)

これらの内容について変更が生じた際は、ホームページでお知らせ致します。
ご理解・ご協力を賜りますよう、よろしくお願い致します。



友愛医療センター
ホームページ



豊見城中央病院
ホームページ



健康管理センター
ホームページ



豊崎クリニック
ホームページ



友愛園
ホームページ

社会医療法人 友愛会

ゆうあい 秋号

2023.10

Contents

- 4 友愛医療センター 友愛医療センターの乳がん治療
- 9 健康管理センター 健康管理センターでPHRサービス開始
- 10 豊見城中央病院 がん患者とその家族を支える
～豊見城中央病院緩和ケア病棟～
- 13 友愛医療センター
友愛医療センターは「外国医師臨床修練指定病院」です。
- 14 友愛園
2023年10月1日より豊見城中央病院と友愛園の
通所リハビリが統合されました
- 16 編集委員レポート
- 18 ヒトトナリ、シゴトナリ (My ヒストリー編)
#010 豊見城中央病院 医事課 上岡 隼也
- 18 管理栄養士監修レシピ
～紫外線対策～ 抗酸化成分含んだレシピ
エビ&アボカドソーテーのサラダ

シンボルマークについて



マークの説明

二つのハートが重なり合ったシンボルマーク。これは人と人と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

朝夕は少しずつ涼しくなってきましたね。
一番過ごしやすい季節かもしれません。
冬になると夏が恋しくなり夏はまた冬を欲す。
四季折々を楽しめるようになりたいですね！

今回の表紙は器械士、事務、
システムエンジニアがモデルになっています。
ハロウィーンの準備は器械士が得意そう？
今年も残りわずか。職員一同、力を合わせて頑張っていきます！

表紙イラスト イラストレーター creamybouquet さん



友愛医療センターの乳がん治療

当院における乳腺診療は、「乳がんを美しく治す」「より安全な医療の提供」を目標に、2次検診・診断・治療を行っています。また診療においては、乳がんに限らず、乳腺の良性疾患（良性腫瘍、乳腺炎等）についても幅広く対応しています。さらには他院で定期検査あるいは加療してこられた方に対する検査、治療の引継ぎ、セカンドオピニオンにも対応しています。また当科では紹介状をお持ちでない患者さんでも初診対応させていただいております。



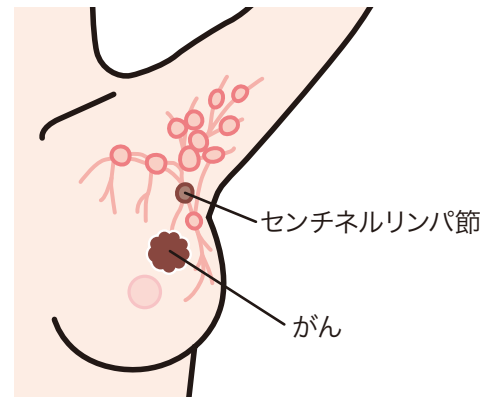
乳腺外科部長
中島 裕一 医師



▶ 最小限の傷を目指して

乳がん手術では、病状と患者さんのご希望を踏まえ、十分に検討を重ねた上で、術式を決定していきます。当院では、「乳がんを美しく治す」を目標に、より手術による傷を小さく目立たなくするために、適応となる方には内視鏡手術を取り入れています。内視鏡手術は、乳輪と腋窩の2ヶ所からの小さな傷で、乳房全切除、部分切除、乳輪乳頭温存乳房切除など様々な術式に対応しています。一方、乳がん手術では最初に転移すると考えられる腋窩のリンパ節を確認し、手術中の迅速検査にて転移の有無を判断するセンチネルリンパ節^{※1}生検を同時に施行します。当院ではRI法と色素法の併用により、より精度を高めてセンチネルリンパ節生検を行っています。

※1 センチネルリンパ節…がん細胞が最初に転移するリンパ節のことをいいます



センチネルリンパ節生検で、腋窩リンパ節転移の有無をかなり正確に予測することができます

当院の化学療法

乳がんの化学療法は大まかに手術前に施行する「術前化学療法」、術後再発予防を目的とする「術後補助化学療法」、さらに進行転移がんに行う「化学療法」に大別されます。術前化学療法と術後化学療法は、投与内容により施行回数が決まっています。この場合、少しでも抗がん剤による脱毛の程度を軽減するために頭皮冷却法（詳細は次ページ）を取り入れました。また長期点滴による抗がん剤投与が必要な方には、より安全に薬剤投与するために静脈ポート（血管に留置した管をタンクにつなぎ、これを皮下に埋め込む）留置を施行しています。この静脈ポートからは一般の採血が可能で、さらに造影剤を使用したCTおよびMRI検査も可能となります。



化学療法室の様子

化学療法による脱毛を軽減する 頭皮冷却療法について

～沖縄県下では当院が初～

抗がん剤治療は、血管を通して全身に運ばれますが、頭皮で髪の毛を作る毛母細胞も攻撃します。そのため治療の開始から約2週間後に脱毛が起こりますが、頭皮冷却をすることにより、毛細血管が収縮し、毛母細胞に流れる抗がん剤の量を減らすことで脱毛が軽減されると言われています。



がん化学療法
看護認定看護師
久下本 陽さん

頭皮冷却療法とは

頭皮冷却装置は装置内でマイナス4度に冷却した冷却液を専用のキャップ内に循環させ継続的に頭皮を冷却します。頭皮冷却を行うことにより、化学療法が毛包に与えるダメージを軽減でき、発毛回復への効果があります。冷却時間は薬剤投与前30分から薬剤投与中、投与後90分間を継続して頭皮を冷却します。



日本人用に開発されたキャップ

投与前
30分

投与中
(化学療法)

投与後
90分

費用

冷却キャップ代金：99,000円（税込） 頭皮冷却装置使用料：14,300円/回（税込）

医療費と別の請求になります。

メリット

- 毛包に与えるダメージを軽減できる
- 発毛の回復が早い
- 術前化学療法・術後補助療法などに適している

デメリット

- 頭皮冷却による寒さや頭痛
- キャップ装着による下顎の痛み
- 吐き気
- ゴム臭
- 自由診療のためお金がかかる



乳がん治療・頭皮冷却療法に関するお問い合わせ

TEL：098-850-3811 【受付時間】月～金：8:30～17:30/土:8:30～12:30 【休日】土:午後、日・祝日

亀田総合病院



友愛医療センター

低侵襲の乳がん治療法、凍結療法をご紹介します

凍結療法とは、液体窒素でマイナス170℃まで冷却した針を乳がんに刺すことでがんを死滅させる治療法で、乳がん手術の代わりに行う切らない治療です。

亀田総合病院（千葉県鴨川市）が2006年から世界に先駆け系統的に始めた凍結療法は、これまでに600名以上の方が治療を受けられており、患者さんは国内各地や海外からも来院され、症例数は世界一となっています。乳房内での乳がんの再発は1%以下です。また、乳房を切除しないので、乳房の形も保て、痛みも少ないことが特徴です。凍結療法の場合、1時間程度の日帰り手術です。センチネルリンパ節生検という手術が合わせて必要な方は2泊3日の入院が基本となりますが、いずれも局所麻酔なので、手術直後から歩くことも食事もできます。

乳がんにはいろいろなタイプがあり、またいろいろな広がり方をしますが、凍結療法の対象となる方は、ルミナルAという予後良好な乳がんで、広がりが15mm以下となります。



3.7mmの金属製の針の先が凍ります



亀田総合病院

友愛医療センターと亀田総合病院は外科専門医教育、乳腺専門医教育で連携し、医師は両病院で教育研修を受けています。そして両病院は治療においても連携しており、その一つがこの凍結療法です。亀田総合病院乳腺科のカルテは友愛医療センターでも確認することができるようになってきているため、治療前と治療の計2回は亀田総合病院で、それ以外は友愛医療センターで検査や治療を受けていただくことが可能です。沖縄県内で凍結療法に関心のある方は、千葉県まで来ることなく、友愛医療センター乳腺科を受診してください。

セカンドオピニオン

患者さんご自身が十分に納得できる治療を受けるため、現在受診されている医療機関以外の医師へ、病状、治療内容、診断や今後の治療方針について意見を求めることをセカンドオピニオンと言います。これは患者さんの大切な権利です。

■相談内容

がんの診察・診断、治療方針に関すること。

※以下のようなご相談には応じられませんのでご了承下さい。

現在受診中の医療機関に対する苦情、治療結果の評価、医療費用、転院、転医の希望、医療訴訟の問題、その他他院がセカンドオピニオンにふさわしくないと判断した内容。

■必要な書類

- 紹介状（診療情報提供書）
- 検査結果（放射線画像、検査データなど）
- 当院セカンドオピニオン申込書

※当院ホームページより「受診案内」→「セカンドオピニオン外来」からダウンロードできます

■ご相談の対象となる方

がんと診断され、他の医療機関を受診中の方およびそのご家族

※ご家族のみ場合は原則として同意書が必要です。

※患者さんが未成年者の場合、同意書は必要ありませんが統柄を確認できる書類（健康保険証、住民票等）をお持ち下さい。

■時 間 1回：30分～1時間程度

■費用（自費） 11,000円（税込み）

セカンドオピニオンに関するお問い合わせ

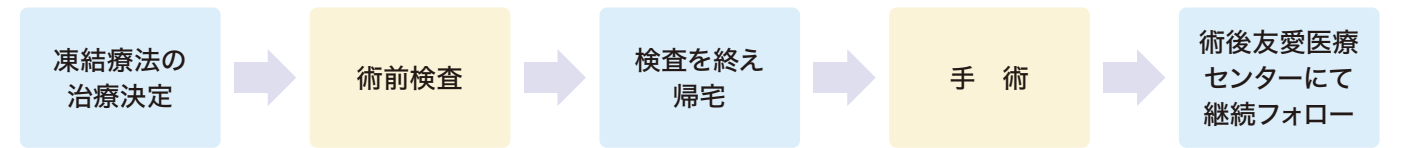
TEL：098-850-3811

受付時間 月～金：8:30～17:00 / 土：8:30～12:00

凍結療法の特徴

- 再発率は手術と同じでありながら、低侵襲のため身体の負担が少ない。
- 局所麻酔なので、手術後すぐに日常動作を行うことができる。
- 乳房の形も保たれやすい。

治療の流れ



治療費用（保険適用外のため、自費診療となります）

- 非浸潤がんの方：日帰り手術 38万5000円（税込）
 - 浸潤がんで前哨リンパ節生検が必要な方：2泊3日入院手術 約69万円～約71万円（税込）
- ※入院する部屋の種類によって治療費用が異なります。
※日本の健康保険にご加入のない方の治療費用は異なります。別途ご相談ください。

執刀医より

患者さんの身体的負担が少ない低侵襲治療としては、凍結療法、内視鏡手術以外に、ロボットを使った手術も始まっており、その乳がんに対する日本初のロボット手術は亀田総合病院で行われました。乳がんの手術治療は大きく変わってきています。関心のある方はぜひご相談ください。



福間 英祐 医師 医療法人鉄蕉会 亀田総合病院 乳腺科主任部長
社会医療法人友愛会 友愛医療センター 乳腺外科（非常勤医）

友愛医療センターの乳腺外科は、週6日外来開設

乳がん患者には働きざかりや子育て世代の方も多く、そういった方々が仕事や育児をしながら通院、治療を続けられるよう、当院の乳腺外科は土曜日の午前中も外来を設けています。

外来担当医表

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|------------------|-------|-------|-----------------|-----------------|----------------------|
| 午前 | 中島 裕一 | 中島 裕一 | 比嘉 国基 | 中島 裕一 ※福間 英祐 | 中島 裕一 ※福間 英祐 | 中島裕一(第1・3) ※福間 英祐 |
| 午後 | 交代制 (再診・予約のみ) | 比嘉 淳子 | 中島 裕一 | 比嘉 淳子 | 比嘉 淳子 ※福間 英祐 | 休診 |



乳腺外科 待合室

プライバシーに配慮し、静かで人通りも少ないエリアに設置しています。

受診や予約に関するお問い合わせ

友愛医療センター 乳腺外科 TEL：098-850-3811（代）
受付時間 【月～金】8:30～17:00 / 【土】8:30～12:00

NEW

友愛医療センターは2023年5月16日 乳房再建外来を新設しました

2014年1月に人工乳房による乳房再建の保険適応が拡大されたことを受け、乳房再建を希望する患者さんが増えてきました。当センターでは、患者さんにより良い治療の選択肢を与えられるよう、乳房再建外来を開設し、乳腺科と形成外科が緊密に連携をとり、乳がん手術と乳房再建術を行っています。

乳房再建術とは

乳がんの手術により切除された乳房をもう一度取り戻す手術です。乳房再建を行うことにより乳房の喪失感が軽減し、補正パットが不要になるなど日常生活の不都合が減少されます。

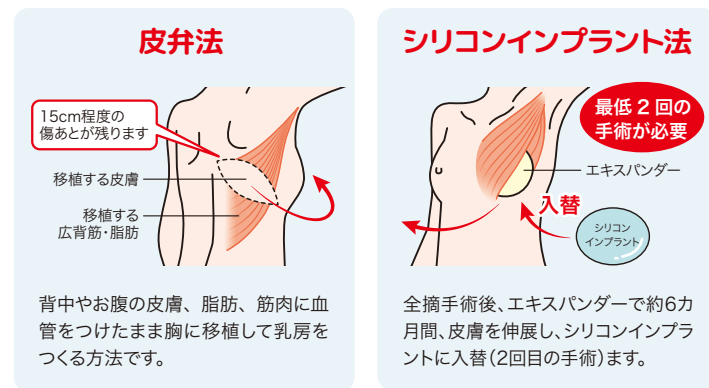
乳房再建の時期

時期に関しては、乳房切除と同時に再建を行う**一次再建**と、乳房切除後しばらくして再建を行う**二次再建**があります。

一次再建は、乳房切除と同時に再建手術をすることで、術後の乳房の喪失感が軽くなります。二次再建は、乳房切除後しばらくして再建を行う方法で、乳がんの治療と再建を分けて考えることで心に余裕を持って治療にあたることができます。

乳房再建の術式

乳房再建の術式は、患者さん自身のお腹や背中中の組織を使う**「皮弁法」**と、シリコン製人工乳房を使う**「シリコンインプラント法」**の2つに大きく分けられます。また、両方を併用する場合もあります。



※当院では上記の方法いずれも対応可能です。乳がん治療による放射線照射や化学療法、切除後の乳房組織量によって選択できる術式が限られる場合があります。

“根治性”と“整容性”を両立させた乳がん治療を目指して

形成外科って何をやる科なの？美容外科とは違うの？患者さんはもとより、医療者からもよく聞かれます。その理由は消化器内科、消化器外科、乳腺外科などように特定の器官の呼称がないためだと思います。形成外科とは「形を成す外科」、つまり“かたち”を作る外科であり、特定の臓器や器官ではなく体の全てを対象としています。私は形成外科医の使命は“かたち”を作り、生活を豊かにすることだと考えます。乳房再建においても、乳腺外科と協力して乳がんの“根治性”はもちろんのこと、“かたち”を通じて乳がんを乗り越えた先にある生活を考えた治療に全力を尽くします。

友愛医療センター 形成外科 高原 英作 医師



- ・形成外科専門医
- ・日本美容外科学会(JSAPS)
- ・日本乳房オンコプラステックサージャリー学会
- ・乳房再建用エキスパンダー・インプラント責任医師

乳房再建をご希望される患者さんへ

まずは乳腺外科外来で担当医師から案内があるのでご希望をお伝えください。また、すでに乳がんが切除後の患者さんについても二次再建が可能かお気軽にご相談下さい。

相談無料 TEL.098-850-3811 【受付時間】月～金曜日の午前9時～午後4時 【休日】土・日・祝日、年末年始

【乳房再建に関するその他の手術について】

現行の保険診療では行えない脂肪注入や健側の乳房縮小、乳房リフトなどの治療も関連施設で行なっていますのでお気軽にご相談下さい。

友愛医療センターは「外国医師臨床修練指定病院」です。



2023年4月、当院は厚生労働省より外国医師臨床修練指定病院に指定され、同月から9月末日までの半年間に渡って心臓血管外科に外国人医師を受け入れ、ロボット手術など新しい低侵襲治療を中心に研修を行いました。

外国医師臨床修練指定病院とは

日本では、日本の医師免許を持たない外国人医師は、患者さんの診断や治療及びそれに関連する一連の検査等の診療行為が認められていません。しかし、外国人医師などが行う臨床修練に関わる医師法第17条の特例などに関する法律により指定された外国医師臨床修練指定病院では、指導医の監督下であれば、外国人医師が診療行為(処方せんの交付を除く)を行っても良いという「外国人臨床修練制度」があります。

友愛医療センターは2023年4月に外国医師臨床修練病院に指定されたことから、外国人医師が当院指導医の監督下で、実際の診療行為を通じた研修を最大2年間受けられるようになりました。



心臓血管外科における修練の様子

外国人医師 受け入れの目的

友愛医療センターは、海外医療機関・医師との様々な交流を通じて世界標準の医療技術や体制に関するを深めることで、当院の医療水準を向上させ、地域の患者さんの治療に活かしたいと考えています。

修練を修了した医師の声

オルティズ・アラン・アンソニー・デ・グスマン 医師
フィリピンハートセンター(高度循環器治療センター)

友愛医療センターでの研修を希望したのは、ここが世界水準の設備を備えた低侵襲心臓手術、ロボット手術、血管内手術などの心臓血管外科手術の進歩の先駆者として知られているからです。友愛医療センターでは長年の経験と知識を持った専門医が、理論と実践的な経験を組み合わせるというアプローチを通じて、私に包括的な修練を提供してくれました。さらに、患者ケアに対する病院の学際的なアプローチによる総合的なトレーニング体験が提供され、さまざまな専門分野のチームと関わることで、心臓外科医にとって不可欠な患者ケアについて、より広い視野とより深い理解を得ることができました。これらの学びをフィリピン循環器センターの枠組みに統合することで、我が国で高度な心臓血管外科治療を提供できるようになります。友愛医療センターでのすべての瞬間、すべての学び、すべてのドキドキに感謝します。ありがとうございます！



修了証を持つアラン先生(右)と指導医の山内昭彦心臓血管外科部長(左)

研修指導した医師の声

山内 昭彦 医師
友愛医療センター 心臓血管外科部長

アラン先生の研修は当院医療スタッフにとって非常に大きな意義のあるものでした。世界レベルの医療を念頭においた英語によるコミュニケーション、そしてアラン先生の「母国の医療水準を上げるためにひたすら精進する」という姿勢に感動をおぼえました。このような真剣な交流を今後も続けたいと考えております。

外国人修練制度に関するお問い合わせ

友愛医療センター診療部支援課
098-850-3811



がん患者とその家族を支える

～豊見城中央病院 緩和ケア病棟～

緩和ケア病棟とは、主にがん治療の継続が困難になった患者に対して、心身の苦痛の緩和を行う専門の病棟です。緩和ケア病棟では、病気の治癒を目的とせず、がんの進行などに伴う吐き気や痛み、不安な気持ちなど、患者さんとご家族の心身の苦痛を和らげ、取り除き、可能な限りその人らしく療養生活を送れるようにすることを重視した病棟です。

ご家族に寄り添う

患者さんが安心して納得した医療が受けることができ、少しでも苦痛が緩和されることは、患者さん本人はもちろん、ご家族の心のケアにもつながります。そのためには、医療者が患者さんとご家族の話に耳を傾け、信頼関係を築くことが大切だと考えます。また、がん患者家族の多くは、不安や悲嘆、介護疲れ、経済的問題を含めた生活上の困難など、さまざまな悩みや問題を抱えています。そんながん患者家族の思いに寄り添い、少しでも穏やかに日々を過ごしてもらうためにサポートします。



チームで支える緩和ケア

緩和ケア病棟は、医師や看護師をはじめ、薬剤師、管理栄養士などに加え、リハビリテーションを行う理学療法士や作業療法士、患者さんやご家族のカウンセリングや心のケアも行う医療ソーシャルワーカー、心理士などもおり、緩和ケアチームとして各職種が連携し「がんに伴う苦痛緩和」を目指しています。また、在宅療養の希望があれば、院内の在宅サービス部門とも連携し、在宅医療や福祉サービスの調整、レスパイト入院（一時入院）のご相談にも対応しています。



▲豊見城中央病院緩和ケアチーム

病棟内の設備

お部屋には、シャワー、トイレ、洗面台、テレビなどが備え付けられており、プライベートに配慮された空間となっております。ご自宅にいるような雰囲気でも、患者さんご家族が入院生活を快適に過ごせるように配慮しています。その他、共用スペースにデイクーナー、食堂、談話室、家族控室、キッチン、ランドリーがあります。



▲お部屋は全室個室



▲共用のデイルーム

入院生活

当病棟では、ご本人のご希望を尊重する方向で治療やケアを行っています。「ペットと会いたい」「お酒を飲みたい」「外出したい」という希望も可能な限りサポートします。

※感染状況によっては希望に添えない場合があります。



▲外出にスタッフも同行してサポート



▲その他、入院生活の様子はこちらからご覧いただけます。

イベント・取り組み

緩和ケア病棟のスタッフが中心となって、お月見会やクリスマス会など季節に合わせたイベントや演奏会、アロママッサージやディグニティセラピー※、患者さんやご家族がホッとできるお茶会など、様々な取り組みを行っております。

ミニコンサート

特別ゲストをお招きしたミニコンサートなどを開催。患者さんはもちろんご家族、スタッフも一緒に歌や踊りを楽しめます。



季節のイベント

夏祭りやハロウィン、クリスマスの時期にはスタッフが仮装して病棟をまわります。入院生活でも季節を感じられるイベントを企画しています。



スタッフ手作り食

イベントのときには、医師やスタッフが病棟内のキッチンを使用して患者さんたちに料理を振る舞います。一番人気は沖縄そばです。



アラカルト食

入院中の患者さんに「食べることが楽しみ」と感じていただくために、管理栄養士と協力し、アラカルトメニューを準備しています。



※ディグニティセラピーとは…心理士がお話を伺い、患者さんがこれまで大切にしてきたことや頑張ってきたことを振り返ったり、ご家族や大切な人々に一番憶えておいてほしいもの、伝えておきたいことについてお手紙や映像にする取り組みです。

大切にしているのは、患者さんやご家族とのコミュニケーション

緩和ケア病棟の看護師は、患者さんやご家族に対して質の高いケアが実践できるよう、多職種と連携して取り組んでいます。特に力を入れていることは、患者さんやご家族、または医療者間で話し合いを多く持つことです。がんを患う患者さんやご家族のつらさや困りごとはさまざまです。いろいろな視点から話し合いを重ねることで身体的、精神的、社会的なつらさ、ご家族のつらさを和らげるお手伝いができることを目標としています。



豊見城中央病院
緩和ケア病棟
吉門 角子 師長

緩和ケア病棟 医師・スタッフからメッセージ

病棟の職員が描いた
似顔絵です。



豊見城中央病院
緩和ケア内科
笹良 剛史 医師

最期の瞬間まで患者さんの希望に耳を傾ける

「メント・モリ (死を想いなさい)」という言葉があります。「人は生・老・病・死を避けることはできない、今この与えられた命を大切に、後悔しないように日々人生を大切にしてください」という意味で、ウチナーンチュの「命どう宝」という言葉にもつながります。

多くの日本人は「良い人生の終わり=良い死」の希望として、「体や心の辛さが緩和されている」「望んだ場所で過ごす」「希望や楽しみを持って過ごす」「信頼できる医師や看護師が共にいる」「家族や他人の負担にならない」「家族や友人と良い関係にいる」「自分のことが自分でできる」「落ち着いた環境で過ごす」「人として大切にされる」「人生を全うしたと感ぜられる」を挙げます。私たちは患者さんの苦しみ、これらの希望に耳を傾け、思いやりを実践し、最期の瞬間まで、一人一人の良い生と良い死を支えたいと願っています。

患者さんのよりよい生活のために

平成 24 年 9 月に緩和ケア病棟開設して以来、がんによって引き起こされる痛みや息苦しさ、吐き気、腹水、だるさなどの症状を緩和し、穏やかに療養できることを目指してきました。また、身体的苦痛の他にも、心のつらさや社会的・経済的な悩みにも対応するために、医師や看護師の他、薬剤師、栄養士、心理士、理学療法士、ソーシャルワーカーなどの多職種で関わっています。

緩和ケアとは、がんを抱えた患者さんが最期まで自分らしく生き抜くための医療です。それを目標にスタッフみんなでサポートし、今後も質の高い緩和ケアの提供を目指して頑張っていきます。



豊見城中央病院
緩和ケア内科
金城 実男 医師

緩和ケア病棟で働くことができることに感謝

かつて私は消化器外科医として働いていましたが、私が未熟なせいもあり「ああ手術して良かった」と言って、満足して退院される患者さんにはあまりお会いしたことがありませんでした。当院の緩和ケア病棟の患者さんやご家族の多くは「ここに連れて良かった」とお話しされ、旅立っていかれます。そういうお話を聞かたびに、患者さんにとって良いお手伝いのできたんだな、としみじみ感じるがあります。多くの職種やご家族と一丸となって患者さんのケアに当たった成果であると思いますし、この場所で仕事することができることに本当に感謝しています。



豊見城中央病院
緩和ケア内科
中川 裕 医師

ご相談・お問い合わせ

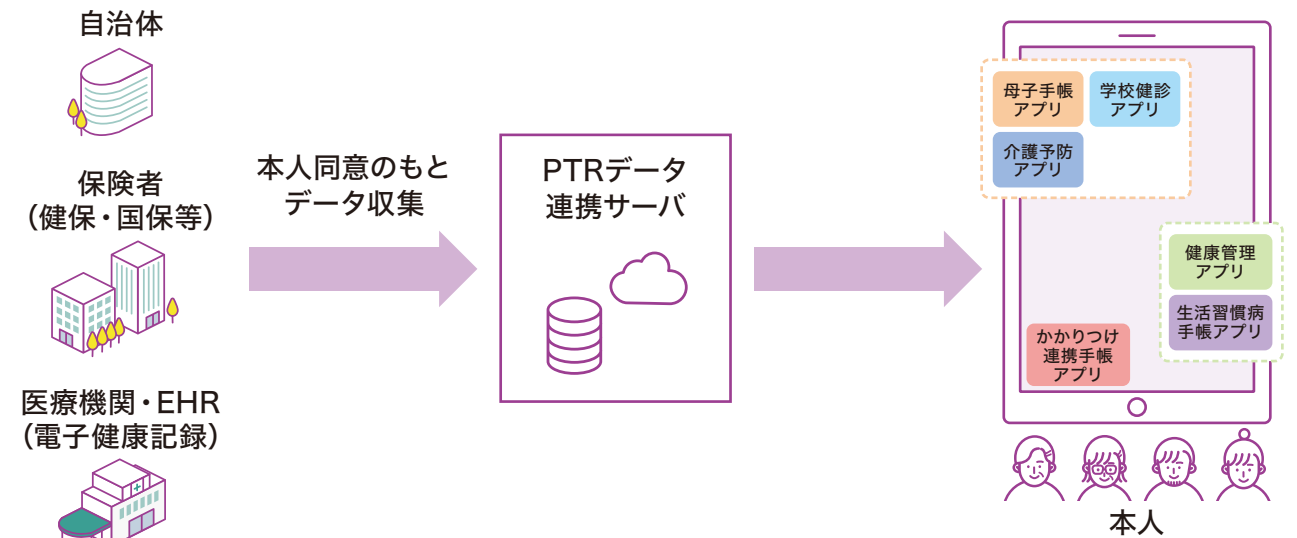
緩和ケア病棟は、入院までに数週間かかることがあります。終末期を緩和ケア病棟で落ち着いて療養したいと希望される場合は、先のことを見据えて早めに主治医と相談していただくことをお勧めします。

相談無料 TEL.098-851-0501【受付時間】月～金曜日の午前9時～午後4時 【休日】土・日・祝日、年末年始

- 相談内容および個人情報などの秘密は厳守いたします。
- ご相談の内容によっては、ご来院いただくことが必要となる場合もあります。
- お電話でお問い合わせいただく際は、交換手に「入院支援室緩和ケア相談員」とお伝え下さい。

健康管理センターでPHRサービス開始

PHR (パーソナル・ヘルス・レコード) とは、個人が受診した健康・医療・介護等に関するさまざまな記録のことです。具体的には、医療機関での診療や治療履歴、健診データやお薬の処方などがこれにあたります。これらの健康情報に、医療情報共有アプリ「NOBORI PHR」を活用して、本人が自由にアクセスできるようにすることで、健康増進や生活改善につなげていこうという取り組みが当センターで開始されました。



【アプリを通じて個人の医療・健康情報を時系列で収集・活用】
【自らのライフステージに応じてアプリを取得】

(出典:「健康・医療・介護のデータ基盤の構築に向けた総務省の取り組み」資料2019.04)

「NOBORI PHR」アプリを利用することで、ご自身の健診結果や、検査画像をスマートフォンでいつでも確認することができます。^{※1}

他の医療機関を受診する際に健診結果や画像を提示することで迅速かつ質の高い診断や、検査・受診回数の削減にもつながります。また、家族間での情報共有が可能でご家族の健康管理に役立てることが期待できます。アプリの利用をご希望される方は、当センターまでお問い合わせください。



※1 人間ドックの結果や画像を参照するには医療機関登録が必要です。医療機関からのデータは直近1年分は無料です。(直近1年以前のデータをご利用の場合は月額100円の料金が発生いたします)

問い合わせ

豊見城中央病院附属 健康管理センター
TEL: 098-852-2000 (9時～15時)

南部圏域
最大規模!!

豊見城中央病院と友愛園の 通所リハビリが統合されました

2023年10月1日より豊見城中央病院と友愛園の通所リハビリが統合されました。

利用者の皆さんにこれまで以上、より安心して快適なサービスを提供するため、フロアの改修を行い、広いリハビリスペースを設けました。面積、受け入れ人数が沖縄県南部圏域最大規模となった当施設は、これからも地域に根ざした施設として更なるサービスの向上に取り組んでまいります。



実際のリハビリ・施設内の
雰囲気はこちらのQRコード
からご覧になれます!



パワーリハビリを実施

パワーリハビリとは、機械類を使ったトレーニングです。高齢者の姿勢の特徴から活動していない筋群があり、その筋群に対してパワーリハビリを実施することにより、神経・筋システムの再活動化が期待でき、体力・活動性の向上につながり、行動変容の有力な手法となります。



全身の筋活動活性化



両腕、背部の筋力効果、円背予防



両膝股関節周囲筋群の筋力強化

趣味的活動・生活活動

手工芸や園芸などの指先の細かい動作を通して心身の機能回復を提供します。「食事をする」「入浴する」「趣味を楽しむ」といった日々の生活に必要な応用的動作の回復を目指したりリハビリを通じてその人らしい生活を送ることをサポートします。



カメラを向けるとみなさん嬉しそうに作品を見せてくださりました。(笑顔がとても素敵です!)

地域貢献活動について

友愛園では、地域貢献活動の一環として清掃活動を行っています。清掃範囲は職員駐車場前の道路から、伊良波小学校に向けた高架橋の下あたりまでです。私たち友愛会職員の通勤路でもあり、地域の通学路にもなっていますので、気持ちよく通っていただけるよう職員一同取り組んでいきます。



通所リハビリ各サービスについて

サービス提供時間

月曜日～土曜日
(日曜日は基本的にお休みです)
【午前のみ利用】10:00～13:05
【1日利用】10:00～16:05

送迎

各ご家庭の玄関から当園までの送迎を行います。
寝たきり状態や車椅子の方も対応可能です。

入浴

入浴の介助は同性職員が行います。

見学・お問い合わせ

友愛園

TEL:098-856-4707

友愛医療センターと中頭病院が野球肘の検診を実施しました!

9月3日、友愛医療センターは中頭病院と共同で少年野球チームの選抜選手を対象に「第1回沖縄野球肘検診」を行いました。野球肘検診は、成長期に投球動作を反復することなどで生じる肘障害を未然に防ぐため、症状が出ていない早期に超音波エコーを用いて病態を発見し、精密検査や治療に結びつける狙いがあります。

当院では本島南部地域の小学生57人が受診し、子どもたちは整形外科医師による可動域チェックやエコー検査を受けたほか、理学療法士らによる身体機能測定や関節の動かし方、障害予防のストレッチ方法も学びました。今回は4人をより詳しく肘の状態を調べる二次検診に案内しました。参加者からは「ケガが一番心配なので検診の機会があつてよかった」「家でもストレッチをやりたい」といった声が聞かれました。



なぜ小学生の検診が大切なの?

成長期野球肘の代表的な疾患である肘離断性骨軟骨炎 (OCD) は、進行すると手術を要し、重篤な障害が残る可能性があります。肘痛が現れる段階では既に進行期であることが多く、症状が出ていない初期の段階で発見し、治療を行うことで完治が可能です。長く野球を続けるためには骨や筋肉などがまだ成長途中にある小学生のうちに検診で肘の状態をチェックし、早期発見することが大切です。



沖縄スポーツ健康を推進する会*
(友愛医療センター整形外科部長) 上原 大志 医師

医師や理学療法士など多くのスタッフの協力で県内で初となる野球肘検診が実現しました。来年以降も継続して年に1度の集団検診を実施する予定です。沖縄の子どもたちがケガなく野球を長く続けられるようにサポートしていきたいと思っています。

※沖縄スポーツ健康を推進する会…県内の整形外科医師や理学療法士などで構成され、学童野球などのスポーツ障害の早期発見・予防を行い、健全で適切なスポーツ活動を長く行えるようサポートすることを目的に活動している団体です。

ヒートポンプ・蓄熱システムによる省エネの取り組みで表彰を受けました

7月26日、友愛医療センターでヒートポンプ・蓄熱月間感謝状贈呈式が行われました。

本表彰は、一般財団法人ヒートポンプ・蓄熱センターが、冷房需要が本格化する7月を「ヒートポンプ・蓄熱月間」と定め、蓄熱システムの普及促進や技術向上に貢献した全国の企業・団体に対し、感謝状を贈呈しているものです。

今年、友愛医療センターが選定され、一般財団法人ヒートポンプ・蓄熱センターから盾と感謝状が、沖縄電力株式会社から記念品の琉球ガラスが贈呈されました。

沖縄電力株式会社の法人営業部新里康孝次長は「沖縄で唯一の受賞となり、私たちも喜んでます。省エネに貢献していただき感謝しています」と述べられました。

友愛会の白男川正行事務局長は「日頃の沖縄電力様のサポートがあり、このような賞を受賞できました。名実ともに縁の下の力持ちである施設管理課の取り組みが評価され、大変嬉しく思っています」と感謝を述べ、友愛医療センターの城間施設管理課長は「このような賞をいただきありがとうございます。今後は友愛会グループ全体でカーボンニュートラルを提案していきたいと思っています」と話しました。



夏休み子ども向けPUSH(心肺蘇生)講習を開催しました

8月12日、健康管理センターで「夏休み子ども向けPUSH講習」が行われました。PUSH講習とは、救命活動で最も重要な胸骨圧迫とAEDの使用法に特化した短時間講習で、今回は小学生から高校生まで23人が参加しました。

参加者一人一人に心肺蘇生トレーニングキット「あっぱくん」が配布され、わかりやすいアニメーション動画を見ながら講師の手拍子に合わせて圧迫を行いました。心臓に見立てたハート型のトレーニングキットは的確な角度と強さで押すと音が鳴る仕組みで、会場ではピッピッと揃った音が鳴り響いていました。講師を務めた鈴木センター長は「もし倒れた人と遭遇した時は、今日学んだことを思い出し、勇気を出して助けてあげてください」と呼びかけました。当センターでは、今後も職員や地域の方に向けた講習会を継続的に開催し、一人ひとりの応急処置に対する意識強化を図っていきたく考えています。

※この取り組み趣旨にご賛同いただいた沖縄ココ・コーラボトリング株式会社様からココ・コーラやオリジナルグッズの寄付をいただき、参加者へのお土産としてお渡ししました。



【ゆうあい編集後記】ようやく暑さも和らいできました。体調管理が難しい季節、皆様はどうお過ごしでしょうか。今年の夏は特に暑く、気づけばエアコンの効いた場所を常に求めていました。涼しくなってきたので運動するなら今が絶好のチャンス!と思いつつスポーツの秋を何度、後回しにしたでしょうか。今年はリベンジを果たします!さて2023年の広報誌「ゆうあい」は今号で最後になります。2024年どうぞよろしくお願いいたします。(広報誌編集委員 大田陽平)

ヒトトナリ、シゴトナリ

My ヒストリー編

日々医療・福祉の現場で患者さんや利用者さんたちと向き合う友愛会の職員たち。このコーナーでは、彼らの仕事上の真剣な姿とは違ったプライベートな一面を少しだけお見せします。

「努力することが一番の才能」

「生まれもった才能、天性は信じない」冷静に、そして真っすぐこちらの目を見てそう話す姿に、少したじろいでしまった。

兄の影響で5歳から剣道を始めたという上岡さん。小学、中学校と剣道にのめり込み、高校は剣道の名門・高知県の明德義塾高校へ進学。剣道のみならず、さまざまなスポーツで全国レベルにある明德義塾は生半可な気持ちでは3年間を耐え抜くことができない。

週7回、1日6時間の練習で休みは年末年始のみ。「上下関係や寮生活が厳しく、何度も逃げ出したいと思った」それでも自分を鼓舞し剣道日本一を目指して無我夢中で青春を駆け抜けた。そして春の全国高等学校剣道選抜大会で準優勝に輝いた。「思い返せばつらいことばかりでしたが、仕事をしていてつらい事があっても、あの時の経験に比べればどんな事でも乗り越えられる。必死に努力した高校3年間は貴重な財産となり生涯、最大の経験となりましたし、その経験が今の人生の糧となっています。貴重な経験をさせてくれた両親には心から感謝したい」と話す。

大学卒業後は来沖し、高校生の剣道の指導にも携わった。「技術面はもちろん、特に指導に力を入れたのは“人間形成”です。」社会に出て自分で考えて動ける、当たり前前の方が当たり前前のできる人間になってほしいという思いがあった。そしてインターハイ、全国選抜大会とチームを全国大会へ導き、指導者としても結果を残した。「今は教え子が社会で活躍しているのを聞くと誇りに思うと同時に、教えて良かったと思います。指導者冥利に尽きる瞬間ですね」そう話すとうまく優しい顔になってきた。

そんな上岡さんの今の癒やしは子供だそうだ。「保育園に迎えに行くと、駆け足で僕のほうへ向かってくる時が一番幸せを感じる瞬間です」毎晩読み聞かせをしているという子煩悩振り。そんなギャップに面をくらいそうになった。

そして「子供が剣道をやりたいなら全力で指導する」と話す最後に少しだけ笑った。

小手先だけで生きようとしないうまくない真っすぐな思いと熱意にこちらも胸が熱くなった。



#070

かみおか じゅんや
上岡 隼也
豊見城中央病院 医事課



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システムの拠点として、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 8:30～17:00まで
土曜日 8:30～12:00まで

☎ 098-851-0501



管理栄養士
監修
★★★

～紫外線対策～ 抗酸化成分含んだレシピ エビ & アボカドソテーのサラダ



1人分 エネルギー/237kcal

材料(2人分)

| | | | |
|-------------|-------|------------------|--------|
| エビ | 80g | オリーブオイル(炒め用) | 適量 |
| アボカド | 1個 | オリーブオイル(ドレッシング用) | 大さじ1 |
| 赤・黄パプリカ | 各1/4個 | レモン汁 | 小さじ1/2 |
| ブロッコリースプラウト | 適量 | 塩 | 小さじ1/4 |
| サニーレタス | 適量 | こしょう | 少々 |

作り方

- ①アボカドは半分に切り、種と皮を除き、1cm幅に切る。エビは殻をむきボイルしておく。ブロッコリースプラウトは根を切り、サニーレタスは食べやすくちぎる。パプリカは細切りにしてラップをかけ、レンジで500W約1分加熱する。
- ②オリーブオイルを熱したフライパンに1のアボカドを並べ、薄く焼き色がつくまで両面を焼き、塩こしょう(分量外)する。
- ③皿にサニーレタス、ブロッコリースプラウト、パプリカ、むきエビ、②を盛り、オリーブオイル、レモン汁、塩こしょうをふる。

紫外線にあたりると活性酸素がつけられるため、シミやシワの原因になります。日頃から日傘をさしたり紫外線を防ぐことを心がけましょう。紫外線対策や日焼けしてしまったときなどにはビタミンA、C、E、ポリフェノールを摂るとよいでしょう。エビやサーモンに含まれるアスタキサンチンは抗酸化作用があります。



管理栄養士
コメント

友愛会グループ



社会医療法人友愛会 友愛医療センター

豊見城市字与根50-5 TEL.098-850-3811

[受付時間] 月～金/8:30～17:30、土/8:30～12:30

[休診日] 土(午後)・日・祝日



社会医療法人友愛会 豊見城中央病院

豊見城市字上田25 TEL.098-851-0501

[受付時間] 月～金/8:30～17:30、土/8:30～12:30

[休診日] 土(午後)・日・祝日



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

豊見城市字豊崎1-412 TEL.098-840-5151

[受付時間] 月～金/8:00～17:30、土/8:00～17:00

[休診日] 水・日・祝日



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

豊見城市字豊崎3-49 TEL.098-852-2000

[受付時間] 月～土/9:00～15:00

[休診日] 土・日・祝日 ※土曜日は不定期です。(要問い合わせ)



社会医療法人友愛会
介護老人保健施設

友愛園

豊見城市字上田25 TEL.098-856-4707

[窓口対応時間] 8:30～17:30

日・祝日の窓口業務はお休みです。



社会医療法人友愛会

豊見城中央病院介護事業部

豊見城市字上田25

TEL.098-851-5234 (代表)

- ホームヘルパーステーション友愛
TEL.098-851-9413
- 友愛会訪問看護ステーション
TEL.098-851-9414
- 豊見城中央病院ケアプランセンター
TEL.098-851-9408
- 豊見城市地域包括支援センター友愛
TEL.098-850-1324

友愛会公式 SNS も
ぜひご覧ください

\\YouTubeはコチラから! /



\\facebookはコチラから! /



\\Instagramはコチラから! /



ご登録・いいね👍
よろしく申し上げます