

くくる

NANBU TOKUSHUKAI HOSPITAL PUBLIC RELATIONS MAGAZINE



kukuru. April 2015

医療法人沖縄徳洲会

南部徳洲会病院

〒 901-0493 沖縄県島尻郡八重瀬町字外間 171 番地 1

電話 098-998-3221 (代) FAX 098-998-3220

http://www.nantoku.org e-mail:postmaster@nantoku.org

こくらクリニック 〒 900-0024 沖縄県那覇市古波蔵 3-8-28

ひめゆりクリニック 〒 901-0344 沖縄県糸満市伊原 107-1

グループホームひめゆり //

訪問看護ステーションいこい 〒 901-0417 沖縄県島尻郡八重瀬町外間 80

ヘルパーステーションいこい //

デイサービスステーション愛徳 〒 901-1111 沖縄県島尻郡南風原町兼城 623-4

住宅型有料老人ホーム 徳洲苑かふう 〒 901-0417 沖縄県島尻郡八重瀬町外間 80

☎ (098) 855-1020 FAX (098) 855-1021

☎ (098) 997-3702 FAX (098) 997-3703

☎ (098) 997-5200 FAX (098) 997-5208

☎ (098) 835-7881 FAX (098) 835-7880

☎ (098) 835-7671 FAX (098) 835-7880

☎ (098) 882-6699 FAX (098) 882-6689

☎ (098) 998-0760 FAX (098) 998-0761

私たち、体育会系！研修医です。



厳しくされてもメゲずについていきます！（でも時々は褒めてねー小林）。
チャンスをいただければ、どこへでも走っていきます！（大月）



小林大太（こばやし だいた）
神奈川県出身 旭川医科大学卒業

大月悠平（おおつき ゆうへい）
兵庫県出身 愛媛大医学部卒業

大月ー うーん。普通のおじさんで、カッコいいって感じではなかったんですが、とっても優しい印象で、まあ、その優しいしぐさがカッコいいといえ

ー カッコいい医者さんだった？

大月ー きっかけとっていいかどうか。中三の時に母が入院して、その時にお医者さんが仕事をする姿を見たのがそうかもしれません。

ー 最初に、医師になろうと思ったきっかけについて、教えてください。





るかもしれませんが。

— それで、将来はこんな医師になりたいと？

大月— 実はそうでもなくて、医師になろうと決めたのは高一の終わりで、文系と理系を決める必要があったんですが、なぜか、「理系に行く。理系に行つて医者になる。なれるなら…(笑)」って思ったんですね。

— で、医師になるために頑張った？

大月— うーん。本当に猛勉強したの

は高三になってからです。中高一貫校だったんですが、高二までは、ひたすらサッカーに打ち込んでいて、受験勉強に集中したのは部活を引退してからです。なので、受験にも受かると思つてなくて、ひとりでこっそりネットの合格発表を見て、そしたら…。

— そしたら？

大月— そしたら、なぜか受かって。もー、すごくうれしかったし、両親もとっても喜んでくれました。

— それは、そうですね(笑)！

では、小林さんは？

小林— 小さなときから、母がなぜか、「お医者さんになったら？」っていつてはいたんですが、特にそれを真剣に受け止めて、ということはないんです。母自身もそんなに、強く願つてたわけでもなさそうでしたし。

それが、「医師になりたい」って思うようになったのは、中三の時ですね。

— その時に何があったんですか？

小林— クラスメートの女子に心臓が悪い子がいて、17まで生きられないか

もって打ち明けられたんです。

それで、思わず、「じゃあ、おれ、医者になる」っていつちやって。

— 好きな子を助けるために医師になった！

小林— いや、そんなんじゃないって、普通の友達だったんですが、なぜかその時、口について出ちゃったんですね。

その後、その子は良くなって、たまに高校の時に、その時のことを話す機会があつて、「私、病院で会つた小さな子供たちに、『大丈夫、お姉ちゃんのお友達の太太が、お医者さんになつてみんなを治してくれるよ』って励ましてたんだよ」っていわれてしまつて。

— うーん。それはもう、なるしかないですね(笑)。

小林— ええ(笑)。

だからといって、医師まっしぐらというわけでもなくて、実は、大学受験はぎりぎりです。大学では必死で勉強しました。それで今、こうして研修医として南徳にお世話になつていふ。

— ありがとうございます。
おふたりとも2年間の初期研修、頑張ってください。

Dr. 今西のカラダに優しい ダイエット講座

ダイエットだけでなく、糖尿病治療にも 大きな効果がある糖質制限&MEC食！

糖質の過剰摂取による「食べても食べてもお腹がすく」糖質中毒から抜け出し、健康で快適な体作りには、糖質制限&MEC食。無理なカロリー制限を伴わないので、誰でも、いつでも、簡単にスタートできます。

— こんにちは。今回は糖尿病治療には、糖質制限とMEC食（肉・チーズ・卵）が効果的だとうかがったんですが。

今西— はい。長年、糖尿病治療を続けていらした方が、糖質制限&MEC食により3か月で肝機能障害や血糖値などの指標が軒並み正常値に収まるようになり、糖尿病の治療薬も8か月でやめることができた、という実際の事例を紹介しました。

— つまり、既に糖尿病になってしまった方にも糖質制限・MEC食は有効であるということですね。

今西— そうなんです。ただ気を付けていただきたいのは、糖尿病の治療をされている方の場合、医師の管理のもとで実践することが大切なんです。

— というのも糖尿病治療で処方されるお薬の中には、血糖値を下げるものがあるんです。こうした薬を服用しながら糖質制限&MEC食をはじめると、血糖値を下げ過ぎてしまうことになりかねないので、そこだけは注意してください。

— それと糖尿病性網膜症などの合併症を併発している場合、合併症の治療自体は続けなければいけないので、やはり、併発する前に実践することがなによりも大切です。



今西 康次（いまにし やすつぐ）
1961年、京都府生まれ。

趣味はマラソンとシーカヤック。洛南高校、名古屋大学理学部を卒業後、エンジニアとして外資系企業に12年間勤務。35歳の時、大分医科大学（現大分大学医学部）に入学。聖路加国際病院で小児科チーフレジデント、中部徳洲会病院で小児科とダイエット外来を兼務。その後2013年より南部徳洲会病院小児科部長として勤務。

- ・日本小児科学会専門医
- ・日本体育協会スポーツドクター
- ・日本プライマリ・ケア連合学会指導医

— 医師の管理のもとで行うと。ただ、前回のお話では、糖質制限については

— はいえ、まだまだ異を唱える研究者もいるということ、やはりお医者様によっても、考え方が違うのでしょうか。

今西— そうなんです。ところが若干、難しいところなんです。沖繩でも、那覇ならこくらクリニックの渡辺先生や南部、中部だったら私など、既に経験を積んだ医師がいますので、周りに糖質制限・MEC食を実践しているドクターの心当たりがない場合は、お声掛けいただけたらいいと思います。

— それと肥満気味だったり血糖値が若干、高いものの糖尿病にはなっていない、

— ない、という場合でも医師の管理のもと実践したほうがいいんじゃないでしょうか。

今西— はい、その場合は、気にせずにご自分で実践されていいと思います。その上で、

— どうしても自己管理がうまくいかない、という場合に、相談してください。いんじゃないでしょうか。

— ありがとうございます。

県内で糖質制限&MEC食を実践している医師

- 渡辺 信幸院長
 - ※こくらクリニック ダイエット外来
 - ※那覇市古波蔵 電話 098-855-1020
- 今西 康次小児科部長
 - ※南部徳洲会病院 内科・総合診療外来
 - ※中部徳洲会病院 ダイエット外来

糖質には常習性があります（糖質中毒）。過剰な摂取が続くと、血中の糖分が脂肪として蓄えられるだけでなく、血糖値も乱高下しやすくなります。この血糖値の乱高下が、食後の強い眠気や空腹感などの原因になります。

☑ **糖質中毒チェックリスト**

- いつも食べることをばかり考えてしまう
- 満腹感が得られず、食後2～3時間で空腹になる
- 常に疲労感があり、気力や活力がない
- 原因不明の怒りや不安を覚えることがある
- イライラしたり、感情が昂ぶったりする

- 普通に運動しても、実は痩せません。運動後に体重が減るのは、汗で流れた水分のせい。太っているのに無理にジョギングやウォーキングをすると膝を痛める可能性も。ジョギング、ウォーキングはダイエット成功後に楽しみましょう。
- 痩せるために効果のある運動は、実は筋トレ。筋肉量を増やすことで、代謝を上げ、カロリー消費量を増やしてくれます。

● **肥満や糖尿病の人の多くが糖質中毒の状態にある**

● **間食の好きな人は要注意！**

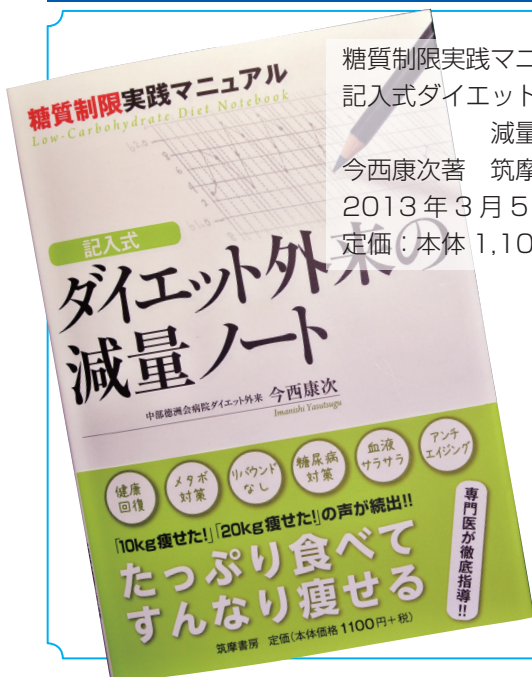
● **まずは中毒から抜け出すことが改善へのカギになる**

● **糖質中毒を治療しないとリバウンドする**

中盛りのお茶碗一杯のごはんに含まれる糖質は、角砂糖にして15個分。ご飯、パン、麺類（日本蕎麦も含まれます）、ケーキなどは、糖質を多く含み肥満の原因になります。

4つの基本ルール

- 糖質を減らす
- 肉・チーズ・卵を中心に食べる
- よく噛む
- 最低でも毎朝、朝食前に体重をきちんと計る



糖質制限実践マニュアル
記入式ダイエット外来の
減量ノート
今西康次著 筑摩書房発行
2013年3月5日 初版発行
定価：本体1,100円＋税

**糖質制限実践マニュアル
記入式「ダイエット外来の減量ノート」
のお求めは、**

- 南部徳洲会病院 院内売店
 - 中部徳洲会病院 院内売店
- か、
- ジュンク堂書店 那覇店

※沖縄県那覇市牧志 1-19-29

D-NAHA

tel:098-860-7175

- amazon
 - <http://www.amazon.co.jp/>
- で！



平成27年度入職式開催 今年、79名が南部徳洲会病院 に入職しました！



4月1日（水）、本院大会議室において平成27年入職式が開催され、赤崎院長より79名の新入職者ひとり一人に対し採用辞令が手わたされました。

式では、その後、赤崎院長による歓迎の挨拶、引き続き、鵜飼悦子看護部長、玉那覇栄事務局長よりの挨拶と続き、これを受けて、新入職員を代表して砂盛勇気看護師より感謝の言葉が述べられました。



玉那覇事務局長



訓話を述べる赤崎院長



鵜飼看護部長



平成27年度 新入職者職種別人数

職 種	人 数	職 種	人 数	職 種	人 数
医 師	5	診療放射線技師	1	事務（医事）	1
初期臨床研修医	2	臨床工学技士	1	診療情報管理士	1
保健師	8	理学療法士	1	医局秘書	1
看護師	32	作業療法士	2	医師事務作業補助者	4
介護福祉士	1	言語聴覚士	2	保育士	3
看護補助者	3	管理栄養士	2	電話交換手	1
薬剤師	1	歯科衛生士	1		
臨床検査技師	4	事務（総務）	2		
合 計					79

平成27年度入職 南部徳洲会病院
新入職員オリエンテーション



オリエンテーション 初日の模様



4月1日、南部徳洲会病院での入職式の後、9時20分より、会場を隣接する徳洲苑かふうに移し新入職オリエンテーションが開かれました。
オリエンテーションは、4日(土)までの4日間にわたり開かれ、初日のこの日は、徳洲会グループの理念を中心に学習、続いて2日目は、佐渡山美

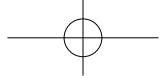
智子さんによる接遇教育や医療安全講習、3日目は院内感染予防についてや赤崎院長による医の倫理についての講話、最終日の4日は、糸満市のひめゆり祈念資料館や北中城に建設中の中部徳洲会病院の新施設などを見学しました。

座学、実習、グループワークで4日間にわたり新入職員オリエンテーション開催。

初日の講師の皆さん



妖怪体操で頭も体もリラックス



オリエンテーション 2日目



接遇教育の講師は、フリーアナウンサーの佐渡山美智子さん



安富祖久明 沖縄徳洲会副理事長

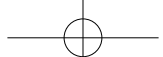


オリエンテーション 3日目



オリエンテーション 4日目





News & Topics

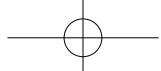
「子どもたちのために役立ててください」
当院より、八重瀬町に120万円を寄付

3月24日（火）、赤崎満院長らが八重瀬町役場を訪れ、八重瀬町内の「子どもたちの学びに役立ててほしい」と、がんじゅー祭（病院祭）の売上金など合わせて120万円を寄付しました。

新入職員 79 名を迎えて懇親会開催

4月2日（木）午後7時より、那覇市西町のネストホテルにて、懇親会が開催されました。





八重瀬町 町誌
歴史・伝説さんぽ

んぢゃ井



んぢゃ井は、「いちやかわ」として“おもしろさうし”にも採録されるほど、かつての花城（現玻名城）集落の貴重な水源であった。今は水は枯れており、井の跡は窪地のようにになっている。現在でも、正月や五月のウマチーの日には玻名城の人々により、大切に拝まれている。

※参考：角川日本地名大辞典



医療法人沖縄徳洲会 南部徳洲会病院

当院は下記の事項を遵守して「いつでも、どこでも、だれでもが、安心して最善の医療を受けられる社会」を目指します。

いのち 基本理念 ～ 生命 だけは平等だ～

せいのめい
生命を安心して預けられる病院
健康と生活を守る病院

基本方針

- ・年中無休、24時間オープンで救急医療を提供します。
- ・急性期から在宅医療並びに予防医療にいたるまで、包括的な医療を提供します。
- ・患者さまの立場にたち、権利を尊重します。
- ・患者さまからの贈り物は一切受け取りません。
- ・医療技術・診療態度の向上に絶えず努力します。
- ・医療従事者としての倫理の向上に努めます。

患者さまの権利

- ・患者さまは、ひとりの人間として生命・身体・人格を尊重されます。
- ・患者さまは、年齢や性別・宗教を問わず、平等に必要な医療を受けることができます。
- ・患者さまは検査や治療について、理解と納得の得られる説明を受けることができます。
- ・患者さまは治療方法について、ご自身の意志が尊重され、同意・選択・拒否ができます。
- ・患者さまは、他院を含め主治医以外の医師の意見（セカンドオピニオン）を聞くことができます。
- ・患者さまのプライバシーをお守りいたします。
- ・患者さまは、診療内容、診療費を知ることができます。

南部徳洲会病院は、厚生労働省指定基幹型臨床研修病院です。

厚生労働省指定基幹型臨床研修病院とは医学部を卒業し、医師免許を取得した医師（研修医）が卒業後2年間、基本的な手技、知識（初期研修）を身につけるために、厚生労働省の審査を受け、指定を受けた病院のことです。

当院は、S 54年の開院当初から、研修医を受け入れ「救急を断らない、何でも診る事のここのできる医師」の育成を目指し、南部地域の中心的病院として活動しています。

南部徳洲会病院臨床研修の理念

I 理念

「生命だけは平等だ」の基本理念のもと、全人的・全身的に患者様を診る能力を身につけるとともに、医療を通して社会に貢献できる人格形成を目指す

II 基本方針

- 1 患者様の権利を理解し、安全を心がける
- 2 医療スタッフと連携し、チーム医療を実践する
- 3 基本的な診療能力を身につけ、適切な検査・治療が計画できる
- 4 基本的な検査・治療手技を身につける
- 5 医師として必要なプレゼンテーション能力を身につける
- 6 地域医療の積極的な参加を心がける。
- 7 生涯にわたって自己研鑽するための学習習慣を身につける

III 理念の実行方法（研修計画）

- 1 医療安全管理委員会・感染対策委員会への参加を通じて患者様の権利、安全管理に対する理解を深める
- 2 オリエンテーションを通じてコメディカルの職務を理解すると同時に、コメディカルとのカンファレンスを通じてチーム医療の理解を深める
- 3 日々の回診、カンファレンスを通じて基本的な診療能力の習得に努める
- 4 受け持ち患者様に対する手技を指導医の指導のもと安全に施行する
- 5 回診、カンファレンス、学会発表など状況に応じたプレゼンテーションを行う
- 6 僻地・離島の研修を経験し理解を深める
- 7 日々の症例を記録し常に学習、考察を行う

外来診療体制表

		診療時間	受付時間	月	火	水	木	金	土	備考
内科・総合診療	朝診	08:30～	～11:30迄	服部真己 今西康次 藤原 豪 田中健児	平安山英達 小渡輝雄 服部真己	平安山英達 小渡輝雄	平安山英達 小渡輝雄 服部真己	玉城利昭 仲宗根啓	服部真己 下地光好 仲宗根 啓	
総合診療	昼診	13:30～	～16:30迄	清水徹郎	新垣碧	朝倉秋乃 下地光好	郷 克己	藤原 豪 大場修治	当直医	
		14:00～	～16:30迄				津嘉山朝洋			
	夕診	17:00～	～19:00迄	当直医	当直医	当直医	当直医	当直医		
呼吸器外来	朝診	08:30～	～11:30迄	担当医	金城武士(疏大) 【呼吸器内科】 下地光好 【胸部外科外来】		担当医	担当医		※(火)呼吸器内科は 診療 09:00 開始となります。
	特診	13:30～	～16:30迄			担当医				※ SAS 外来完全予約制
			13:30～	～16:00迄			赤崎 満 【SAS 外来】	赤崎 満 【SAS 外来】		
	14:00～	～16:00迄					下地光好 【禁煙外来】			
糖尿病外来	朝診	08:30～	～11:30迄					山川 研(中徳)		
	昼診	12:30～	～15:00迄			大城 讓				※完全予約制
		14:00～	～16:30迄					津嘉山朝洋		
	14:30～	～16:30迄					垣花悠子(中徳) 第1, 3週			※(木)Dr 垣花は、第 1, 3週となります。
循環器内科	朝診	08:30～	～11:30迄	川満克紀 安里直美	川満克紀 伊集広城	川満克紀 安里直美 大城 力(中徳) 第1, 3週	森山 泰(中徳)	川満克紀 伊集広城		※(火)(金)は予約制 となります。 ※(水)大城力先生は 第1, 3週となります。
		08:30～	～10:00迄						河野秀幸	
救急診療科	08:30～13:00 13:00～17:00			清水徹郎 担当医	担当医	担当医 清水徹郎 原田 宏	清水徹郎 原田 宏	原田 宏	原田 宏 当直医	
外科・消化器科	朝診	08:30～	～11:30迄	兼城隆雄 大城 敏	玉城 聡 羽地周作	渡邊正俊 大城 敏	兼城隆雄 深町俊之	玉城 聡 羽地周作	小崎教史 比嘉(疏大)	
外科	昼診	13:30～	～16:30迄				担当医(疏大)		当直医	※(木)疏大よりDr 福 福 又は、Dr 喜瀬となり ます。
	夕診	17:00～	～19:00迄	担当医	原田 宏	担当医	当直医	担当医		
心臓血管外科	朝診	08:30～	～11:30迄	赤崎 満	瀬名波栄信	赤崎 満	下地光好		担当医	※(土)は、第1, 3週 は、Dr 赤崎 第2, 4, 5週は、Dr 瀬名波
	夕診	17:00～	～19:00迄		下地光好	小崎教史	瀬名波栄信			
特殊外来	朝診	08:30～	～11:30迄		羽地周作 【肛門外来】	渡邊正俊 【肛門外来】		羽地周作 【肛門外来】		
	昼診	14:00～	～16:30迄				仲榮眞盛保 【血管外科外来】 第1, 3, 5週			※(木)血管外科外来は 第1, 3, 5週となります。
	夕診	17:00～	～18:30迄			渡邊正俊 【肛門外来】				※夕診のみ完全予約制
整形外科	朝診	08:30～	～11:30迄	砂川秀之 松田英敏 大中敏子	金城幸雄 砂川秀之 大城裕理	金城幸雄 大中敏子	新垣宜貞 松田英敏 大城裕理	金城幸雄 新垣宜貞	担当医	
		09:30～	～11:30迄	大久保宏貴 (疏大)		金城英雄 (疏大)		仲宗根 哲 (疏大)		
	夕診	17:00～	～19:00迄	金城幸雄 大城裕理	新垣宜貞 松田英敏	松田英敏 大城裕理 新城宏隆 【膝関節外科】	砂川秀之 大中敏子	当番医		
脳神経外科	朝診	08:30～	～11:30迄	嘉手苧勤					新垣辰也 (中徳)隔週	※ Dr 嘉手苧の外来は、 予約と紹介のみの受 付けとなります。
		09:00～	～11:30迄			嘉手苧勤				※(土)は隔週です。 4月は11日・25日です。
	昼診	15:00～	～16:30迄					外間洋平 (疏大)		
皮膚科	朝診	08:30～	～11:30迄	富永 智	富永 智	富永 智	富永 智	富永 智	富永 智	
	昼診	14:00～	～15:30迄							
泌尿器科	朝診	08:30～	～11:30迄	向山秀樹 仲宗根 啓	手術		安富祖久明 向山秀樹	向山秀樹		
		08:30～	～09:30迄						安富祖久明 向山秀樹	
	昼診	13:30～	～16:30迄		宮城亮太 (疏大)		向山秀樹	手術		
	夕診	17:00～	～19:00迄		仲宗根 啓	向山秀樹		向山秀樹		
歯科口腔外科	朝診	09:00～	～11:00迄	神農悦輝 李 康広 兼島則人	神農悦輝 李 康広 兼島則人	神農悦輝 李 康広 兼島則人	手術 インプラント外来 (神農悦輝)	神農悦輝 李 康広 兼島則人	神農 or 兼島 or 李	※(土)は、第1, 3, 5 週は Dr 李 第2, 4週は、Dr 神農・ 兼島
	昼診	13:30～	～16:00迄		李 康広 兼島則人	顎関節外来 (神農悦輝) 李 康広 兼島則人	手術			
産婦人科	朝診	09:30～	～11:30迄	松岡 恵	手術	担当医(福大)	手術	松岡 恵		※新患は午前のみ受 付
	昼診	13:30～	～16:00迄	担当医(福大)	松岡 恵	松岡 恵	松岡 恵	担当医(福大)		
小児科	朝診	08:30～	～11:30迄	朝倉秋乃	今西康次	朝倉秋乃	今西康次	今西康次	今西 or 朝倉	※出張等で担当医が 変更になることがあ ります。 ※予防接種は、1週 間前迄に予約が必要 です。
		14:00～	～15:00迄	乳児検診 予防接種			乳児検診 予防接種	予防接種		
	夕診	16:00～	～18:30迄	今西康次	朝倉秋乃		朝倉秋乃	今西康次		
眼科	朝診	09:00～	～11:30迄		玉城環(疏大)		翁長正樹 (中徳)			※ Dr 翁長の外来は、 受付 11:00 迄とな ります。
	昼診	14:00～	～16:00迄					田中美紀 ※第2, 4週 玉城 環 ※第1, 3, 5週		
耳鼻咽喉科	朝診	09:00～	～11:30迄						又吉 宣(疏大)	
	昼診	14:00～	～16:30迄		喜友名朝則 (疏大)	山下 懐 (疏大)				
リハビリ	午前	08:30～	～11:30迄	○	○	○	○	○		
	午後	13:30～	～16:30迄	○	○	○	○	○		
放射線治療科		09:00～16:00		担当医	宮川 聡史	近藤 拓人	宮川 聡史	近藤 拓人		※完全予約制
人工透析		09:00～17:00		○	○	○	○	○		

※ 但し、急患は24時間受付、土曜日午後・日曜・祝日は当直医が担当致します。

※ 出張・学会の為、担当医が変更になることがあります。



南部徳洲会病院

八重瀬町字外間 171 番地 1

☎ 098-998-3221