

なかゆくい



# のなかゆくい



医療法人 野毛会  
もとぶ野毛病院

2024年9月号  
(第117号)



～もくじ～



- \* 8月の地域医療地域保健研修終了
- \* 9月からの研修医紹介
- \* 看護部長代行より  
～1年の振り返って～
- \* 秋刀魚の秋

- \* 迷ったら電話相談
- \* 職場体験について
- \* 9月外来医師不在のお知らせ
- \* 9月外来担当医師予定表

# ～8月の地域医療地域保健研修が終了しました～



横浜栄  
共済病院  
Dr U,N



4週間、ありがとうございました。

8月という夏真っ盛りの沖縄での研修をずっと心待ちにしていたのですが、実際に始めてみると想像の何十倍も楽しく充実したもので、あっという間の日々でした。

もとぶ野毛病院では先生方が限られた医療資源の中で、専門分野を超えて幅広い知識を持って診療に当たっていらっしゃる、その考え方や手技の工夫など、とても勉強になる事が多くありました。沖縄ならではの風習や死生観など、独特な文化についても先生方に教えていただき、とても興味深く感じました。

また、同期にも恵まれ、毎日美味しい沖縄料理を堪能し、休日は離島観光、ダイビング、シュノーケル...と夏の沖縄を満喫する事ができました。

知れば知るほど魅力的な沖縄の事が大好きになりました。

指導医の山中先生をはじめ、お世話になった先生方、病棟スタッフの皆様、本当にありがとうございました。この4週間の経験や思い出を胸に、これからも頑張ります。



赤穂市民  
病院  
Dr K,Y



本当に名残惜しい気持ちでこの感想文を書いております。7/31、日焼けで真っ黒になった前任のT先生が残念そうな顔をしながら那覇空港を後にするのを見送り、これからどのような1ヶ月を送るのだろうと「ちむどんどん」していたのが昨日のこのように、時の流れの速さに驚いています。

指導医の出口院長はじめ、先生方には地域における終末期医療において何が大事なのか、何をどこまでできるのか・やるのかということを中心に指導いただき、将来僻地医療に携わることになる自分にとって大変貴重な経験となりました。また看護師さんなどコメディカルの方々にも迷惑をおかけすることが多かったですが、その度親切に対応していただき、また丁寧かつ熱心に仕事をされているのを見て、もとぶ野毛病院の雰囲気の良い肌身に感じました。

プライベートでは、毎週末のようにダイビングで沖縄の美ら海を満喫し、泡盛片手に沖縄の民謡を聞くという贅沢もしたり、かと思ったら遊びに行った水納島でCPAIに遭遇したりと、とにかく本土ではなかなか体験できないようなことばかりの充実した日々を送らせていただきました。

1ヶ月という短い期間でしたが、指導にあたっていただいた先生方、病院の皆様に感謝申し上げます。ありがとうございました！



金沢大学  
付属病院  
Dr K,Y



1ヶ月前、沖縄で働くという、なかなかできない経験ができることに心弾ませながらやってきました。初日から、青くきれいな海が病室、民謡が聞こえる病棟、地元の人達が談笑する外来を見て、もといいた病院とのギャップに驚き、その雰囲気に感動させられました。

研修では、業務を通じて、療養型病院としての役割、処置や仕事での工夫、患者との関わり方などこれから働いていくうえで重要なことをたくさん教えていただきとても勉強になりました。それだけでなく、沖縄独自の風習や言葉、豆知識、ライフハックなどさまざまなことを学ぶことができとても楽しい研修になりました。特にコメディカルの方々との風通しの良さがとても印象的で、真似できるように頑張りたいなと思いました。

至らない点が多くご迷惑をおかけすることも多々ありましたが、優しくいただき楽しく研修することができました。また本部町に遊びに来ようと思います。ありがとうございました！

## 9月の研修医スタート



金沢大学  
付属病院  
Dr N,Y



赤穂市民  
病院  
Dr I,M



横浜栄  
共済病院  
Dr K,K



～看護部長代行～  
玉城部長代行より

# 「1年を振り返って」

部長代行として1年が経過しました。

1年はあっという間でしたが、日々様々な業務に追われ振り返ってみると反省するところが多くあります。失敗したと思うことも、「勉強になった」と考えることで次に繋げるようにしています。

病棟師長の頃とは違い、部長代行では、看護部全体を把握しなければならないと考えています。もちろんそれは、私一人ではできないので、各師長と連携を密にして把握するようにしています。またスタッフを大切に考えており、看護管理者を中心に働きやすい環境作りにも取り組んでいます。

看護部全体をパワーアップするべくスタッフと協力していきたいと思います。

看護部長代行 玉城都子

## 秋刀魚の秋



秋の味覚として名高い秋刀魚ですが、本年は水揚げ量が昨年の10倍以上となり、サイズも大きくなったとの報道がありました。水揚げ量の増加により、秋刀魚の価格も落ち着きを取り戻すと見込まれます。

秋刀魚には、DHA(認知機能の改善効果・中性脂肪の低下)、EPA(高血圧の予防・中性脂肪の低下)、タンパク質(筋肉細胞の維持、代謝アップ)、カルシウム(骨粗鬆症の予防)、鉄分(貧血の防止・運動能力や学習能力の向上)、ビタミンA(皮膚や粘膜を正常に保つ)、ビタミンD(カルシウムの吸収を促進)、ビタミンB群(神経の機能の正常化)、ビタミンE(抗酸化作用)など、多彩な栄養素が豊富に含まれており、皆様の健康維持に大変効果的な魚です。

調理の方法としては、塩焼き・生姜煮・蒲焼・刺し身・竜田揚げなどがあります。今年はいよいよ安いです、体に良い青魚を食べましょう！！



どうしよう…  
急なケガや病気



迷ったら  電話相談

しゃーぶ なな いち いち きゅう

# #7119

または ☎098-866-7119

(全ての回線で利用可)

2024年9月1日(日)スタート!

看護師が24時間 365日対応します

英語などの他、12か国語で相談OK! 相談無料 (通話料は利用者のご負担となります)

この電話は、お聞きした内容に基づき相談・助言を目的とし、  
ご利用者の参考としていただくもので、医療行為ではありません。

⚠️ 緊急時は迷わず 119 番

📍 沖縄県

# 9月外来医師不在のお知らせ

- ◆出口 宝先生 9/03(火)13~16時  
9/18(水)
- ◆島袋 活子先生 9/06(金)15~16時
- ◆山中 祥弘先生 9/12(木)~13(金)
- ◆平安山 直美先生 9/13(金)
- ◆堀川 恭平先生 9/17(火)
- ◆堀川 恭偉先生 8/17(火)

# 職場見学

7月17日(金)に本部小学校からの職場体験を実施し、病院に関するお仕事のご案内や小学生からの質問についてご返答をさせていただきました。



# 9月外来担当医師予定表

	月	火	水	木	金	土
午前	脳外科・総合診療科 堀川 恭偉	脳外科・総合診療科 堀川 恭偉	循環器内科 東上里 康司	糖尿病・総合診療科 岡田 達夫	内科 平安山 直美	小児科・総合診療科 岩淵 達也※第1・第3週
	呼吸器内科 仲村 秀太	消化器内科 山中 祥弘	総合診療科 堀川 恭平	小児科・総合診療科 岩淵 達也※月1回程度	消化器内科 山中 祥弘	外科・総合診療科 出口 宝
	呼吸器内科 島袋 活子	総合診療科 堀川 恭平	呼吸器内科 島袋 活子	呼吸器内科 島袋 活子		総合診療科 常勤医1名※輪番制
	消化器内科 山中 祥弘			総合診療科 堀川 恭平	小児科・総合診療科 岩淵 達也※第1・第3週	
		外科・総合診療科 出口 宝	外科・総合診療科 出口 宝	外科・総合診療科 出口 宝	外科・総合診療科 出口 宝	
	整形外科 六角 高祥	整形外科 六角 高祥	整形外科 六角 高祥		整形外科 六角 高祥	
午後	総合診療科 堀川 恭平	呼吸器内科 島袋 活子	循環器検査(予約) 東上里康司※15:30迄	糖尿病・総合診療科 岡田 達夫	内科 平安山 直美	午後休診 第2・第4土曜日休診
	消化器内科 山中 祥弘	総合診療科 堀川 恭平	消化器内科 山中 祥弘	消化器内科 山中 祥弘		
			総合診療科 堀川 恭平	呼吸器内科 島袋 活子	呼吸器内科 島袋 活子	
	外科・総合診療科 出口 宝※16:00迄			小児科・総合診療科 岩淵 達也※月1回程度	小児科・総合診療科 岩淵 達也※第1・第3週	
				内科・リウマチ科 平野亜紀※9/19		
	整形外科 六角 高祥	整形外科 六角 高祥	整形外科 六角 高祥		整形外科 六角 高祥	

## 【 玄関のオープン時間 】

午前 8:30

午後 13:30

ご来院の際は、マスク着用・消毒のご協力をお願い致します。

## 【 診療時間 】

・午前の診察時間

9:00~12:30 (受付8:30~12:00)

・午後の診察時間

13:30~17:30(受付 13:30~17:00)

## 休 診

第2・第4土曜日  
日曜日  
祝祭日 年末年始



医療法人 野毛会 もとぶ野毛病院  
〒905-0212 沖縄県国頭郡本部町字大浜880-1  
TEL:0980-47-3001 FAX:0980-47-3003  
URL HTTPs://www.noge.or.jp/

