

ニヌファブシ

共同発行情報誌
vol. **22**
2018

首里城下町クリニック 第一・第二・那覇西クリニック・那覇西クリニックまかび

「ニヌファブシ」とは沖縄の方言で北極星の意味です。「ていんさぐの花」にも歌われるように灯りのない昔、人々は北極星を道しるべにしていました。そんな北極星のように、那覇西、首里城下町、両クリニックが地域に根ざし、皆様から慕われるような病院でありたいという思いがこめられています。



Information magazine **“NINUFABUSHI”**

「分かるよね!!」



那覇西クリニック
まかび副院長 上原 協先生

巷ではやりのワードを使用しました、気分を害されました方にはお詫び申し上げます。

さっそくですが

みなさん、人の血液型は4タイプ(ABO式)に分けられることはご存知ですよね。

血液型にからんだ小さい頃の思い出に、「自分はホントにこの両親の子供なんだろうか? 万が一、自分の血液型が合ってなかったらどうしよう? やっぱり捨て子だったんだ!」なんてドラマに影響されたエピソード、一度は想像しちゃったことのあるのは私だけではないでしょう。

さて4タイプ、検診を受けるヒトも4つのグループに分けられることがわかっているんです。(厚労省:受診率向上施策より) その4タイプは以下の通り。

- ①甘えん坊さんタイプ
- ②頑張り屋さんタイプ
- ③心配性さんタイプ
- ④面倒くさがりさんタイプ

かわいらしいネーミングですけど



①甘えん坊さんタイプ:対象人数比率29%

・やり抜く力が弱い ・今の生活が幸せ ・やや太り気味
不健康である自覚はあるが、今の生活に幸せを感じており、積極的に改善しようとは思っていないタイプ



③心配性さんタイプ:対象人数比率26%

・病気を怖がっている ・病気を心配している ・やや神経質
将来病気になることをとても心配しており、「健診に行く」と恐い病気がみつかりそうだから行きたくない」と思っているタイプ



②頑張り屋さんタイプ:対象人数比率20%

・運動習慣がある ・健康意識が高い ・やり抜く力が強い
日々健康に気を遣っているため、病気になる心配をしておらず、健診に行く意義を感じていないタイプ



④面倒くさがりさんタイプ:対象人数比率25%

・生活改善意欲がない ・健康に興味がない ・やり抜く力が弱い
自分のことを健康だと思っており、健康に関する情報・健康診断に興味がないタイプ

みなさんはどのタイプ? 選ぶにはどれも微妙でしょうか?

実は この4タイプ分類は科学的に調査されている結果なんです。

さらにはタイプ別に 受診勧奨用のメッセージツールまで開発されているのです!

国はひそかにこの手法を各自治体に伝授を図り、「日本全国 検診受診率アップアップ大作戦」を粛々と企んでいるのです!!

目指せ受診率50%!

ある心理学的手法の考え方に

人が行動を変えられない背景には「両価性」という言葉を用いることで説明できることがあるそうです。

「変わりたい、でも変わりたくない」「やりたい、でもやりたくない」というと

イメージが湧きやすいでしょうか。

これはその当事者本人さんの問題だけではなく周囲にも問題があるそうです。(詳細は専門書に譲ります。)人間、痛いところまたは気にしているところをつかれると ますますやりたくなくなるというものですよね。

逆におだてられると、またはちょっと認めてもらうと、やる気がでると一緒に、検診対象者にもそういった接し方が必要なんだそうです。

「心理的抵抗を取り除くためには、目の前の相手の感情を害しては支援はできない」

ということなんですって。

この手法は禁煙の面談等にも積極的に取り入れられているようですよ。

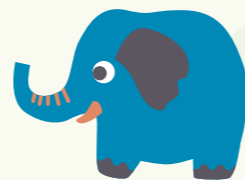
似たようなことに 「ほめて伸ばす」なんて子育て本等にもありますね。

皆さんも 実践してみてくださいはいかがでしょうか。

ちなみに私は、どちらかというと、怒られるとシヨゲル派です。 よろしくです!

検診にちゃんと
行かなきゃね

そうだね
皆で行くゾウ!!



病棟看護研究を 日本乳癌学会学術総会で 発表してきました



那覇西クリニック 病棟主任 嘉数 ひとみ

当院は年間300症例近くの乳癌患者さんの手術を行っております。周術期の患者さんはさまざまな不安を抱えております。病気の事、家族の事、手術に対する恐怖心、術後のボディイメージの変化など様々な心理の葛藤があります。それに伴い血圧が上昇、動悸、不眠などの症状が生じ気分が落ち込み安心して手術を行うことができないこともあります。このような不安を少しでも軽減し、患者さんが安心して手術を受けられるようサポートできないかと考えました。



看護研究で使った音楽

そこで今回、手術前日や当日の不安軽減はできないかと考えた結果「不安、軽減プログラムの導入および研究」を去年の5月~10月の6か月間行いました。プログラムの種類は2013年の先行研究アロマに追加、見直しをして、プログラムを考案し4種類(アロマ、読書、音楽、患者さんが日ごろ行っているもの)としました。導入中、患者さんからは良い意見、感想が得られました。「リラックスできた、心が落ちついてよかった、病院にいても家にいる感じで日常と変わらない時間を過ごせました。ひとつひとつの項目をチェックでき、自分の状態が再確認できた」などの感想がありました。

研究データの集積後、びっくりする結果が出ました。

音楽有と音楽+α有で統計学的有意差がありました。音楽により、不安や緊張から解放されることを改めて実感しました。

上記の結果を、今年の6/16~19に開催された第26回日本乳癌学会学術総会にて、「周術期不安コントロールプログラムによる看護介入シングルアーム試験」と題して、発表させていただきました。結果としては、周術期の不安コントロールは音楽を加えることで良い効果が認められることがわかりました。

ベースラインで不安の強い患者さんには、より効果がありました。音楽にあたっては結果が認められたので、現在は、詰所やカウンターで癒しの音楽を流したり、緊張の強い患者さんには声掛けにてアロマなど提供したりしています。今後も入院看護において「不安・苦痛を軽減できる」ことを重点に看護の質の向上に取り組んでいきたいと思っております。



看護研究で使ったセット一式



みんなで集合写真

2018年度 慰安会

今年4月14日に職員の慰安会がありました。去年に引き続きBBQパーティーが開かれ、美味しいお肉にみんな大満足。子供たちも多く賑やかな会となりました。



美味しいお肉たくさん焼きますよ〜♪



お肉も野菜も美味しい〜！



まだまだ食べるぞ！



今年もたくさんの子供たちが参加してくれました♪



みんな元気いっぱい☆彡



たくさん食べて良い笑顔！



照喜名先生メロメロです♪



調理師さん、栄養士さん♪
いつも美味しいご飯をありがとうございます♪



今年も盛り上がりました

那覇西クリニック22周年記念パーティー

おかげさまで那覇西クリニックは今年で22周年を迎えることができました。今年もハーバービューホテルで開院パーティーが開かれ、勤続20周年、10周年を迎える勤労功労者への表彰式などが行われました。



新人助手、瀬名波さんからの挨拶♪



歓談中♪



勤続20年の表彰状授与



勤続20年・10年のスタッフの皆さん



4人とも素敵な笑顔です♪



受付メンバーです☆彡



モデルポーズ決まってる〜♪



盛り上がりまーす！



鎌田先生による閉会の挨拶

ピンクリボン沖縄2017

去る2017年10月1日、『ピンクリボン沖縄2017』がてんぶす館前にて開催されました。

例年通り牧志駅からスタートしたピンクウォーク。今回はピンクのバルーンを持ちながら見た目にも賑やかなまさに「ピンクウォーク」な行進となりました。ステージでは太鼓の演奏から始まり、「HOMELAND OKINAWA」のダンス、さつき小学校合唱部による合唱、クラウンコトラによるパフォーマンスショーなどが行われイベントを盛り上げてくれました。



小禄自治会青年部Jrによる
幕開け演奏♪

玉城信光実行委員長による挨拶

HOMELAND OKINAWAの
ダンスステージ♪

琉球デイゴスの皆さん♪

JTAの客室乗務員も
駆けつけてくれました♪

さつき小学校合唱部の
素敵な歌声♪

鎌田先生、研太郎先生、玉城先生♪

ピンクウォーク！牧志駅前からスタートしました

やったー！風船もらえたね♪

エコー検査方法を
説明しています♪

沖縄ヤクルトさん♪

研太郎先生気持ちよさそう♪

触診モデルも置いてます！

検診車両の中も見学できます♪

ピンクリボン 沖縄 in 八重山

2017年9月10日、石垣市で初めてピンクリボン 沖縄のイベントが開催されました！



玉城信光先生による開会の挨拶

パネルディスカッション

Pia cere(ピァチェレ)

八重山高等学校
郷土芸能部による演奏♪

ピンクリボン 沖縄 in ライカム

2018年3月4日、イオンモール沖縄ライカムにて『みんなのヘルスアクション創出事業 LADIES SCHOOL』のイベントが行われ、ピンクリボン沖縄として参加しました。



上原協先生によるフリートーク

検診関連ブース♪

イオンモール沖縄ライカム

ご参加、ご協力誠にありがとうございました！

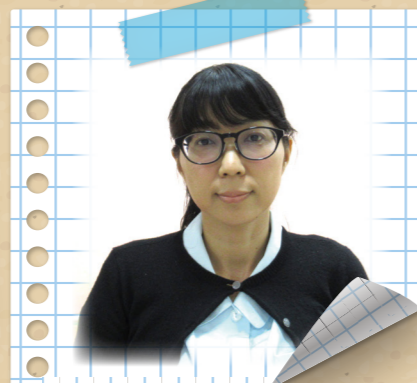
新人紹介

新しいメンバーが仲間入りしました。よろしくお願いします♪



原 真喜子

昨年8月よりまかび中心に勤務している臨床検査技師です。患者さんが安心して検査が受けれるよう早期発見の心がまえでがんばっています。宜しくお願い致します。



浦添 八代子

メディカルクラークとして勤務し約半年になります。来院される方々、一人ひとりに傾聴しながら、日々の医療のお仕事に携わっています。宜しくお願い致します。



高山 智子

昨年の12月から透析室で勤務させて頂いています、高山 智子と申します。あっという間に半年が過ぎましたが、1日も早く一人前に働けるようになり皆様のお役に立てるよう頑張りたいと思います。これからもどうぞ宜しくお願いいたします。



伊敷 ミチ子

那覇西クリニックへ入職し5ヶ月になりました。まだまだ分からない事が多くある中、周りのスタッフに支えられながら頑張っています。



玉城 優子

2月より入職しました放射線技師の玉城優子と申します。至らない点多々あるかと思いますが、少しでも那覇西クリニックに貢献できるよう努力してまいります。宜しくお願いいたします。



瀬名波 和子

5月から勤務しています。いろんな仕事をしてきましたが、病院関係の仕事はまったくの初めてです。わからない事だらけで皆さんに迷惑かけるとは思いますが、お手やわらかにご指導お願いします。



「ピンクリボン沖縄 2018」のお知らせ

今年は10月14日(日)に沖縄県の乳癌死亡率ゼロを目指して、乳癌検診受診率向上の啓発を行うためのイベントを開催する予定です。
【ピンクリボン】は乳癌の早期発見、早期治療の大切さを伝えるシンボルマークです。

救急シミュレーション

年に1度、スタッフと医師が参加し、救急シミュレーションを行っています。各クリニックとも今回は実際に起こった症例をもとにシミュレーションを行いました。

第一クリニック

①心臓マッサージ



初診の男性、朝から体調が悪いと訴えあり。家族が受付している途中で意識レベル低下。処置室へ移動、ベッド移乗。

②心臓マッサージしながら挿管の介助



①呼吸の確認と声掛け



②数名で役割を決めて、心臓マッサージを交代で行います。

医事課・検査部門はAEDの再確認

第二クリニック

普段の透析中と同じような現場を再現し、リーダー看護師、ベッドチーム看護師、看護助手、透析クラークの役を決め、救急シミュレーションを行いました。

実際に緊急事態が起こった時、迅速な対応が出来るようそれぞれの役割の再確認を行いました。

透析中、患者さんが胸痛発作を起こした時の対応



透析後、1階玄関にて意識低下した患者さんの対応



南部地域災害医療 コーディネーターになって

首里城下町クリニック第一
田名 毅 院長



沖縄県医師会医療班と宮崎県保健師チーム

7年前に東日本大震災がありました。その際に想像を絶する津波の災害を目の当たりにして居ても立っても居られなくなり、クリニックの仲間の理解と協力のもと岩手県大槌町に沖縄県医師会の医療班として1週間活動してきました。高台にあり避難所になっていた体育館の中の救護所で、沖縄から派遣された他の仲間、被災された地元の医療機関の先生方、宮崎から派遣された保健師の方々と一緒に活動しました。その経験は自分の中で大きな糧となりました。その5年後に熊本大地震が発生しました。県医師会の災害医療の担当になって

いた関係もあり、地震から1週間で熊本入りし、熊本市南区の災害医療コーディネーターを努めました。コーディネーターははじめての経験でしたが、大槌町に行った際に釜石市の災害医療コーディネーターをされていた医師会の先生方の動きを見ていたこと、医療が一旦機能不全に陥った時に医師、保健師の協働がいかに重要かを体験していたことでスムーズに活動することができました。東日本大震災は勿論ですが、熊本大地震を機に日本全国の都道府県が「明日はわが身」という緊張感をもって災害対策に取り組み始めたと感じています。沖縄県でも保健医療部が主導して災害医療対策マニュアルが策定されました。その中で沖縄県災害医療コーディネーターが5名(主に災害拠点病院の救急医が担当)委託選任されました。この方々の役割は災害発生時に県庁内の医療対策本部に入り、専門家として医療保健分野のコーディネーター、アドバイザーになることです。そして、沖縄県の医療対策本部の指示のもと立ち上がるのが地域対策医療本部となります。那覇、南部は南部保健所管轄になり(那覇は人口が多いのでその中でも那覇保健所管轄)、私を含め3名が南部地域災害医療コーディネーターに委嘱されました。南部地域は浦添以南の市町村、また離島(久米島、渡嘉敷、座間味、粟国、渡名喜、北大東、南大東)が含まれており、担う役割の大きさを実感しているところです。地域災害医療コーディネーターの役割は、地域の医療機関が診療可能かを調べて要医療者をスムーズに誘導すること、医療機関での診療が難しく仮設診療所、救護所を立ち上げる際には医療班の配置も含めた運営、また公的もしくは私的避難所の巡回診療班の手配などであり、まさに地域の医療ニーズを把握し、必要な医療班(県内、県外から応援に来る)を県の医療対策本部に要請するなどして手配することにあります。



熊本市南区におけるコーディネータ活動

先日、私が地域災害医療コーディネーターに委嘱されて初めての地域災害対策会議が南部地区保健所で開催されました。那覇、浦添、他南部地域市町村、離島から担当者が参加し、また医師会、県立南部医療センター、警察、消防など関係する多くの機関からも参加がありました。私は仲宗根保健所長にコーディネーターとして紹介していただき、開口一番「今日の日を楽しみにしていました。災害の際に、災害に向けた対策会議が開催されるシステムが構築され、皆さんと平時から、顔見知りなれたことは大変意義あることです。これから共に頑張りましょう。」と挨拶しました。今年は沖縄県防災訓練の実施場所が南城市と那覇市を舞台に行われます。関わる各団体の力を効率よく結集できるように、コーディネーターとして微力ながら実働訓練に参加したいと考えています。



2019年美ら島レスキュー

Thanks ヴィオラ演奏会 ~夏の陽 やさしい音色に包まれて~

2018年8月4日土曜の午後、クリニック2階の待合室でヴィオラの演奏会を開催しました。

料理教室に数多く参加して下さった方をご招待し、感謝の気持ちとクリニックを身近に感じてもらえる様なThanksヴィオラ演奏会でした。

料理教室は、クリニック開院5年後の平成19年、クリニック増設に伴い「町の保健室」と「食を考えるコーナー」を併設した時から始まりました。

演奏会は、クリニックのスタッフで構成しているフラダンスチーム(ルーラナSJC)によるフラダンスで幕開けを飾り田名理事長の挨拶に移りました。

「開院と同時に透析患者の増加を目の当たりにし、いかに透析に移行するのを遅延し予防できるか、地域において県民の健康保持・増進の一助を担いたいという思いで料理教室を開催した」と話されました。

ヴィオラ演奏者、新垣伊都子様からは、ヴァイオリンとヴィオラの違いや楽器との出会いなど楽しいおしゃべりと共に、武田光史様のピアノ演奏で馴染みのあるクラシック曲や邦楽、沖縄の曲を優しくも温かみのある多彩なヴィオラの音色で楽しませていただきました。

新垣様の柔らかな雰囲気と明るい笑顔、演奏される優雅な姿は、参加者を魅了しました。普段の待合室とは異なる空気がクリニックに流れ、参加者は日常を忘れ素敵な時間を過ごせたようです。「こんなに素晴らしい会とは思いませんでした。手作りクッキーやケーキ、フラダンスもとても良かったです」「良い時間を過ごせました」「あっという間に時間が過ぎました」などのお言葉を頂くことができました。

今後も「食を考えるコーナー」では、食を入口とした健康・保健、そして医療を展開していきたいと思っています。



プロフィール 新垣伊都子

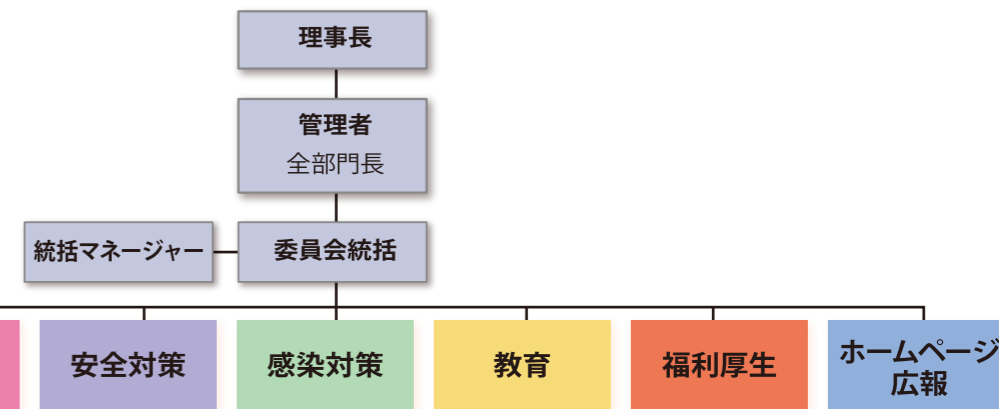
大阪音楽大学卒業、沖縄県立芸術大学大学院修了後、ドイツを中心に室内オーケストラやカルテットのメンバーとして演奏活動を行う。帰国後リサイタルの開催、室内楽コンサート企画・開催。ソリストとしてオーケストラと共演、室内楽演奏に於いて県内外で活動。現在、沖縄県立芸術大学非常勤講師、琉球交響楽団ヴィオラ演奏者、琉球大学管弦楽団トレーナー、琉球新報社音楽コンクール審査員

首里城下町クリニック組織図

当クリニックは、業務とは別にクリニックの円滑な運営の為、委員会を設置しています。必要に応じて担当を決めたことから始まりました。

当初は、ニヌファブシ作成や感染予防、勉強会を担うことからスタートした委員会、平成18年田名内科クリニックから首里城下町クリニックへと組織が拡大したことを機に、業務内容の明確化と職員の働き甲斐のある職場づくりを目的に、新体制を進め、現在の7つの委員会へと整理されました。

今回は、各委員会の活動内容をご紹介します。



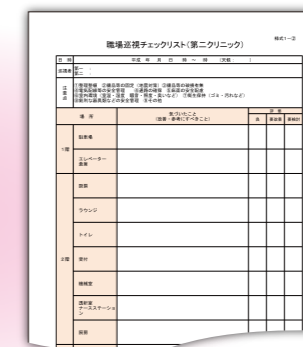
業務改善・手順作成委員会

患者様に平等な医療を提供するため、業務の効率化と統一化を目指し、業務マニュアルの管理を行っています。現在、スタッフへのマニュアル周知のため、マニュアルの電子化に取り組んでおりパソコンやタブレットでマニュアルを閲覧できるようにしています。また、委員会のメンバーはそれぞれ業務が異なり、色々な視点で日頃の業務の問題点や、改善点について話し合っています。



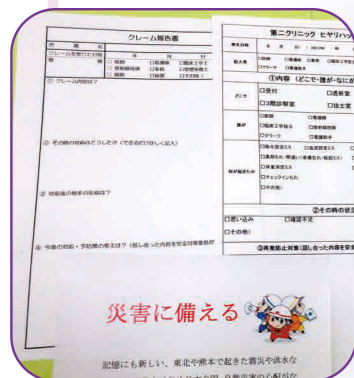
衛生委員会

職場の衛生状態や働く場の環境改善、職員の心身の健康管理の為に活動しています。例えば、職場環境の改善に向けた取り組みとして、年1回の職場巡視活動を行っています。また、職場の健康の保持増進に向け、年1回のストレスチェックを実施しています。



安全対策委員会

医療安全に関する職員の教育とヒヤリとした事例やアクシデント事例を集計、要因や原因を分析・検討し、医療事故を未然に防ぐための対策を行っています。患者様が安全で安心な医療が受けられる環境を整えることを目標に、クリニック全体で取り組んでいます。



首里城下町クリニック 委員会紹介

感染対策委員会

インフルエンザや発熱患者が多く発生した場合は、拡大を防ぐために早めの対応と週間感染者報告で院内周知を行っています。B型肝炎ワクチンやインフルエンザワクチン、肺炎球菌ワクチン等の予防接種の呼びかけやポスター掲示をしています。また透析室内の感染予防対策(手洗い励行・血液汚染時の対策)を行っています。



教育委員会

全職員を対象に情報の共有と、職員の知識、技術、資質向上を目指し、質の良い医療の提供ができるよう取り組んでいます。月1度の全体会議では、院内外の講師を招いての研修や勉強会、職場外研修、学会参加報告、部門目標・振り返り、各委員会の年間実施報告等を行っています。また、救急シミュレーションや災害対策訓練等も行っていきます。今までに、安全対策、医療事故、感染症、介護保険、接遇マナー、運動療法など、多種多様な内容を企画、立案、実施、評価しています。



福利厚生委員会

スタッフ間の親睦を図る目的で行われるボーリング大会やバーベキュー、忘年会、歓送迎会などの企画・運営を行っています。各イベントの日程調整や会場探し、現地視察、予約、施設担当者との打ち合わせなど、会が楽しくスムーズに開催されるよう心がけています。



ホームページ・広報委員会

ホームページの管理、更新、当院が関わるイベントの写真撮影やデータの管理を行っています。ニヌファブシ発行に向けた那覇西クリニックとの合同ミーティングでは表紙や部数などについての話し合いを行い、スタッフへの原稿依頼、校正を行っています。第二クリニックの院内新聞「かわら版」を定期的に作成しています。



那覇西クリニック
玉津 陽子

那覇西クリニック
砂川 秋奈

首里城下町クリニック
與儀 雅代

首里城下町クリニック
川上 千恵美

首里城下町クリニック
与那嶺 貴子

ニヌファブシ 広報委員紹介



那覇西クリニック
當山 祥子

首里城下町クリニック
大演 健太

首里城下町クリニック
中山 恵理子

首里城下町クリニック
宮里 美幸



編集後記

今回、4年ぶりの懇親会をしました。ニヌファブシ作成に関わっているスタッフ、本誌のデザイン・編集担当者も一緒に楽しい時間を過ごしました。これからも那覇西クリニックと首里城下町クリニックお互いに連携を取って、皆様への情報発信に努めたいと思います。

懇親会の様子



infomation

医療法人 麻の会 首里城下町クリニック

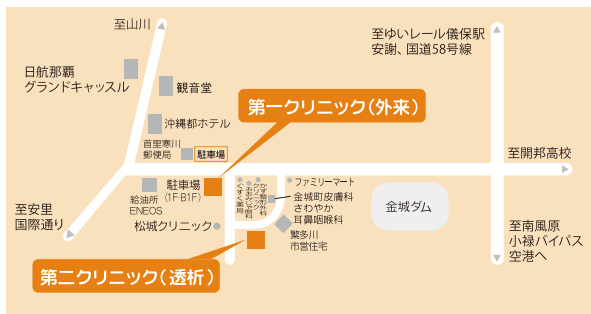
第一
第二

第一クリニック (外来)

腎臓病・高血圧症・リウマチ・
膠原病・糖尿病・循環器疾患・
その他内科一般

第二クリニック (透析)

血液透析 (外来)



第一

〒902-0062 那覇市松川3丁目18番30号
TEL.098-885-5000
FAX.098-885-5007

受付時間 月・火・水 8:30~12:00/13:30~17:30
木 曜 日 8:30~12:00/13:30~16:30
土 曜 日 8:30~12:00/午後休診

休診日 日曜・祝祭日・年末年始

第二

〒902-0071 那覇市繁多川3丁目5番18-4号
TEL.098-833-1001
FAX.098-833-1006

受付時間 8:30~17:30

休診日 日曜

※月・水・金は夜間透析も行っていきます。

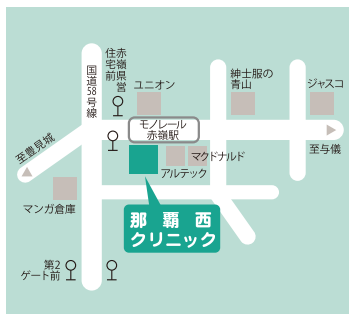
<http://www.shuri-jc.jp>

医療法人 那覇西会 那覇西クリニック

内科・外科・胃腸科
人工透析・乳腺外来
甲状腺外来

医療法人 那覇西会 那覇西クリニックまかび

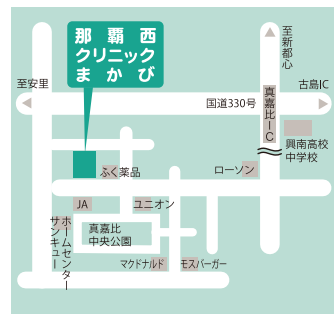
乳腺・甲状腺外来



〒901-0154 那覇市赤嶺2-1-9
TEL.098-858-5557
FAX.098-858-5552

受付時間 8:30~11:30/13:30~17:00
木曜日 8:30~11:30

休診日 日曜・祝祭日



〒902-0068 那覇市真嘉比2-29-22
TEL.098-884-7824
FAX.098-884-7820

受付時間 8:30~11:30/13:30~17:00
木曜日 8:30~11:30

休診日 火曜日・日曜・祝祭日

<http://www.naha-nishi-clinic.or.jp/>