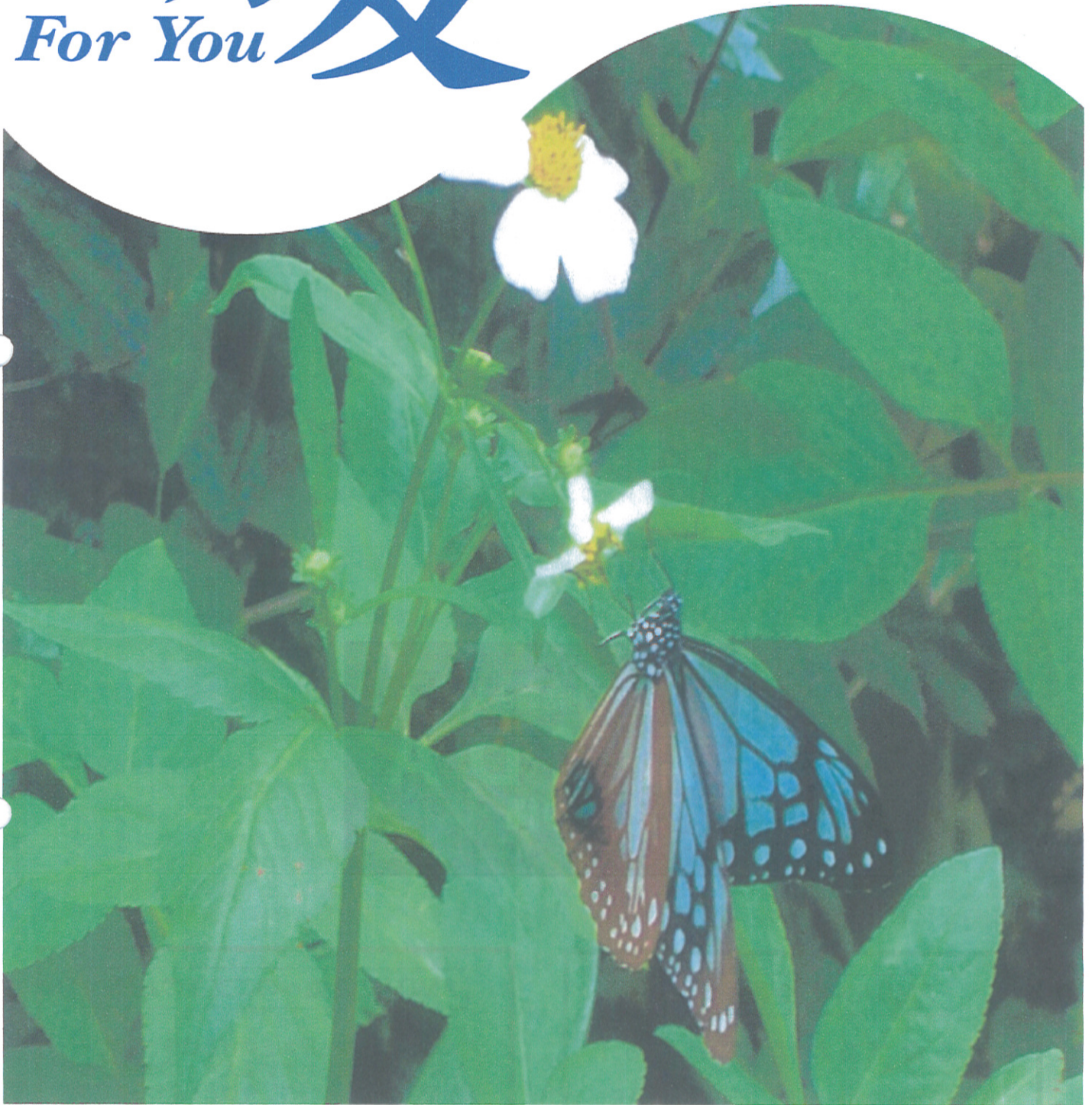


朋友

For You

沖縄セントラル病院広報誌

2009年7月発行 Vol.8



医療法人寿仁会 沖縄セントラル病院

〒902-0076 沖縄県那覇市与儀1-26-6 TEL.098-854-5511 FAX.098-854-5519

URL <http://okinawa-central-hospital.jp/> E-Mail o-centh1@nirai.ne.jp

Contents

国際ロータリー地区大会講演報告（病院長 大仲 良一） 世界各地で惨めな後遺症を残した伝染病 —特にインドにおけるポリオの実態について—	1
「歯無し」のはなし（歯科医師 當間 里花）	4
新型インフルエンザ ～新型とは何か～（内科医師 石田 眞一）	6
当院におけるインフルエンザ対策（4階病棟 前森 啓太）	7
病院創立37周年記念事業 第2回院内特別講演会 “健康とミネラル” （株）ぬちまーす社長 高安 正勝様	8
デイサービスセンター便り	10
文芸 “デイサービスの一日”（垣花 久美子様）	11
地域紹介 クイーンストア	
ふれあい看護写真集	12
那覇ハーリー参加報告（医療技術部部長 我謝 光茂）	
病院の基本理念 交友会便り	13

特定非営利活動法人アムダ

A M D A
沖縄

AMDA沖縄 会員募集

救える命があればどこへでも！

AMDA沖縄の活動を応援して下さる会員を募集しています。入会希望の方は下記まで連絡ください。（医師・一般・法人・学生等）

那覇市与儀1丁目26番6号（沖縄セントラル病院内）
TEL098-854-5511（担当：津波古）

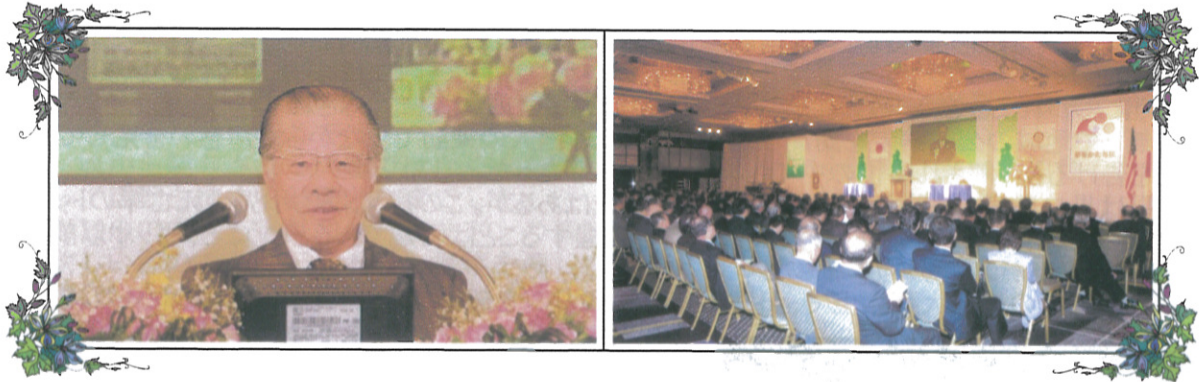
AMDAの活動へのご支援のお願い

AMDAでは今後も平和を妨げる戦争、災害、そして貧困に苦しめられている人々への保健医療支援を行なっていきます。今後とも変わらぬご支援をお願いいたします。ご寄附の場合は下記の口座までお願いします。

沖縄銀行 与儀支店 普通預金 1295760
アムダ沖縄代表 大仲良一（おおなかよしち）

～ 国際ロータリー地区大会講演報告 ～

那覇西RC 沖縄セントラル病院 理事長・病院長 大仲 良一



世界各地で惨めな後遺症を残した伝染病

～ 特にインドにおけるポリオの実態について ～

2009年2月26日、東京において国際ロータリー地区大会シンポジウムが催され、その際に講演を依頼されました。

私が印度を訪問したのは、凡そ20年前で、今こそ印度は、IT分野においては、世界をリードする先進国となりましたが、当時は、まだ発展途上国の域を出ない国情でした。20年前の薄れいく記憶の糸を辿って当時の思いを語ります。どうぞ皆様もタイムスリップされて聞いて頂きたいと思います。

*講演会で使用された内容を朋友の読者用に安易に書下してあります。

WHOからのミッションとして南インドへ

1988年1月下旬、比較的凌ぎよい沖縄を後に冷え込む羽田へ、更に炎天下のバンコクから肌寒いカルカッタ経由で夜半にボンベイ空港着、しばし休息のあと早朝の便で目的地南インドへ。

単なる物見遊山の旅ではなく、今回はWHOからのミッションとしての重大な使命をおびた、その責任の重さをどっしりと背負っており、山田さん、峰さん両先達が原因不明の病で他界された後のややオーバーな表現を許して頂ければ、衛生事情の悪い地域への謂わば決死行でもありました。

国連創立40周年を記念して、来るべき新世紀に向けてポリオ(急性灰白髄炎-小児麻痺)を撲滅しようという壮大な構想のもとに企画された“Polio Plus Campaign”を国際ロータリー財団の奉仕活動の一環としてすすめており、日本とカナダがインドにおける撲滅の担当国として活動することになっていました。

今回の旅は南インドにおけるポリオワクチンの接種状況の把握とワクチンの保護、即ちCold Chainの実態を調査の上、国際ロータリーを介してWHOへの報告とユニセフへの助言を与えることが大きな目的であり、日本を代表して第258地区から那覇西RCの大宜味氏と小生がその任に当たりました。

およそ2200kmにも及ぶインド各地を或る時は汗と埃にまみれての10数時間の車の旅、また或る日は汗ばんだ肌に天井から生微温い扇風機の風に当たり現地の人と語らい乍らの2等列車の旅で、型通りの観光旅行では決して味わうことの出来ない“生”のインドの姿を存分に体験する機会を得たのは、小生の一生で決して忘れることの出来ない貴重な財産となりました。

ポリオは多くの先進国においては、予防接種の実施で希少な病気となり既に過去の伝染病となりつつありますが、当時は発展途上国では猛威を振るっていました。従って、ポリオの多発地帯では予防接種を受ける機会の恵まれない乳幼児の多くはいつでもポリオに罹患する危険性をほらみ、感染後幸いにして一命をとり止めることが出来ても何らかの形で身体障害を遺すことが予測されました。

子供たちをポリオから守る為には、集団的な予防法が最も大切でワクチン投与が急がれた訳であります。

ポリオ後遺症で苦しむ子供達のリハビリ施設を訪問

南インド・タミールナドゥ州コインバトルを中心に活動を開始、320地区年次大会に出席した後、カナダのP・G Hobbs博士、フィリピンのP・G Sabino Santos博士はじめ、現地のPolio Plus委員のメンバーと総合病院で打ち合わせ直接ワクチン接種を行いました。

Polio Plusを周知徹底させる為には、この病気に対する住民の認識が大切です。この点に関しては広報活動がこの地域では展開されていて当初案じていた懸念は払拭されました。

Ellen病院やロータリークラブが紹介する病院はすべて私立病院で、来院者は上層階級の恵まれた人々のように思われました。一般の中～下層階級の幼児には如何様に対応されているか懸念されたため、予告無しで地域の公的病院を訪問した処、突如の外国人の来訪で少なからず戸惑いを見せていたが、目的を告げると理解され多忙の中でも快く対応して下さいました。

その結果は異口同音にポリオも大切であるという認識はあるが、この病気よりも小児の死亡率のトップはコレラ、チフス、マラリアでありポリオの実態のみを把握することは困難であるということ、ポリオ以前に深刻な小児の病気が多いという事でした。

ウータカマンドでの地区大会席上で、日本からのメッセージを伝達し再び炎熱下のコインバトルに戻る

と私共を待っていたのは両下肢にポリオの後遺症で不自由な生活を余儀なくされているチャンドラセカランさんでした。

私達の来訪を新聞紙上で知り、是非診察を受けたいということで遠路遙々夜半に宿泊先に訪ねてきたのです。まだ若く強力なりハビリで回復の可能性を秘めていたので沖縄での機能訓練を約束して次の調査地へ急ぎました。

ポリオ後遺症で苦しむ子供達の為のリハビリ施設を訪問しましたがハード、ソフト両面において極めて劣悪な環境で、必要機器は勿論PT、OT等のマンパワーの数が足りず、ポリオの予防接種の推進と共に子供たちの訓練施設の増強対策も急ぐ必要性を痛感したものであります。



＜インドにおける手術器具の点検＞

Cold Chainの問題とPolio Plus計画の推進

さて、今回のメイン調査の目的であるCold Chainの問題ですが、タミールナドゥ州の内陸部に位置するサレム地方に移動しました。

道中、車内の温度は冷房が効かず33℃で、窓を開けると茶褐色の砂塵が容赦なく車内に舞い込む中を3時間も走り、道路の真ん中を数十頭もの聖牛が闊歩し、通り過ぎるまで炎熱の下で待ち続けること数回、6時間にも及ぶ車の旅でやっと目的地に辿り着き担当官の出迎えを受けました。日本を発つ前にワクチンを保管する為のCold Chainの温度管理が適正を欠いているという情報があり、その実態を調査するのがこの地方を訪ねた目的であります。

早速多くのワクチンを保管するRoom Type の冷凍庫からワクチン接種現場の末端までの温度の追跡調査を実施しました。マイナス20℃の機能を有するRoom Type 冷凍庫は、ここセラムをはじめマドラス、マドライに設置されているとの事でしたが、実測では遥かに高いプラス4℃であり当初の懸念が将に的中しました。

念の為、数本のサンプリングでも凍結しているはずのワクチンがすべて液化している状態で、その効能が果たして保たれているか懸念されたものであります。

Room Type の冷凍室はスイス及びドイツ製で規定の温度が保持され特に問題はないようでした。

一方、例え冷凍庫の機能が改善されても、インドではエネルギー政策の一環として度々停電があるとの事で、ワクチン保管上多くの問題点を抱えていることが判明しました。

比較的低温下でも保存可能なワクチンの開発が望まれました。

次いで南インド・ケララ州にあるトリチュール、コーチン地方及び赤道直下に程近いトリバンダラムへ旅は続きました。



＜インドにおけるポリオワクチン接種＞

タミールナドゥ州が商工業を中心としているのに対して、ケララ州は農業を主とした州、否、国です。何故に国という表現をするかといいますと、ロータリアンを始め多くの住民が州ではなく国であると自負しているからです。従って、今回の問題にしてもインド中央政府の指示、又はロータリークラブの意向とか連体によって左右されるべきものではないと言う共産主義思想が徹底した社会理念を持っている州だからであります。将に共産主義一色の国家に潜入する羽目になった次第でありました。投宿したホテルでも逐一身分証明の点検を受けました。

ケララ州のトリチュール、コーチンの両ロータリークラブの例会に出席する機会がありましたが、ポリオに関してはノーコメントで、ワクチン投与が進行してないこともありますが、他から関与される問題ではなく、自国の問題であるという認識に立って独自の計画に添って活動を進める計画との事でした。

WHOの主旨と世界のロータリアンの善意を理解し、Polio Plus計画を一日も早く推進して欲しい旨のことを伝えると、言葉を濁してそれよりも水道施設を作ってもらったほうが余程嬉しいと話題を変える始末でした。

ワクチンの保存について尋ねると、コーチンやトリチュールは漁港でもあることから、ワクチンは船舶用の魚冷凍庫と一緒に保管しているとの事で、温度計測の為に案内を乞うも遂ぞ実現することが出来ず、ワクチン保存の不備が推測されました。

愈々、私共のインド訪問の全日程を終了する最後はニューデリーにあるユニセフを訪れ、一ヶ月間に亘る南インドでのポリオの実態とCold Chain調査の結果に基づいての当局への助言を致すことになりました。

担当官はCold Chainの不備については、既に認識しておりその改善と指導については努力しているが、ワクチンの保管及び投与については州政府の責任と権限で行われるものでユニセフの管轄外であると嘆かれました。

調査期間中、大きなトラブルもなく目的を遂行出来たことに対して、諸々ご配慮いただいたインド在日大使館を表敬訪問しました。

堀内公使を始め関係スタッフとしばしば懇談しましたが、公使の最後の言葉が印象深かったです。

即ち、「インドの就学率は60%と低いが、宗教を通してカースト制度の下で知識は豊富であり、我々の常識では律することが出来ないことが多々あるにしても、決して無知だと一方的に片付けることは出来ないものがある。表向きだけでこの国を評価してはいけない。生命の尊厳、ポリオからの幼い生命を救うことも崇高な行為であるが、この国には人口対策がより急務である。

外国に対する援助は感傷的側面があってはならず、当事国の国内的背景をも考慮して実践しなければならない。このPolio Plus活動も撲滅大作戦には、同時にインドの人口問題と食糧問題を併せて解決しなければならない。世界人類の貴重な遺産である古代の数々の遺跡が今崩壊の一途を辿っている。

古代文明の発掘とその保存への支援は、インド全国民が挙って拍手をおくるであろう。」と物静かな口調で語られた公使の言葉が我々の今後の支援活動に一つの示唆を与えてくれました。

残りの1%こそが最も困難な挑戦である

およそ1ヶ月に亘るインドでの調査、あの炎熱の南インドから、肌寒いニューデリーの街角に佇み、一つの大きな使命を果たした満足感と一抹の心地よい疲労感を覚えました。

1985年2月国際ロータリーはその創立100周年に向けて、2005年までにこの地球上からポリオを撲滅し、併せてはしか、ジフテリア、破傷風、百日咳、結核の5つの病気を予防する目的でPolio Plus計画を発表し実践してきました。その壮大な活動が実り、いまや人類は一つの病気Polioを地球上から撲滅する寸前にあります。既に現在99%撲滅に成功しました。

しかし、残りの1%こそが最も困難な挑戦です。

ポリオ撲滅運動発足当初の患者数は35万人(1981年)で1996年(4,111人)、2000年(3,500人)、2009年(1606人)と減少しているが、未だ20カ国で発生しています。その殆どが貧しく人口が密集している地域で、アフガニスタン、ナイジェリア、インド、パキスタンの国々で90%以上を占めています。根絶が急がれる理由は、折角多くの国々で撲滅宣言されても、残り1%の根絶が難しい理由は、計画当初約40億の世界人口が現在67億余に増加し、国際交流も格段に進歩してポリオ発生地域への無防備な立ち入りによるウイルスの伝播、また流行地では政治不安、部族紛争、テロ行為、経済格差の広がり等から予防接種活動が妨げられているからです。終息に向かったものが、再燃の可能性もあります。

計画の最終段階における計画の遅れは、更なるコスト負担増を招きこれ迄の20年間の撲滅活動が徒労に終わる可能性も否定できません。

ポリオは何百万人という子供たちの手足の自由を奪ってきました。

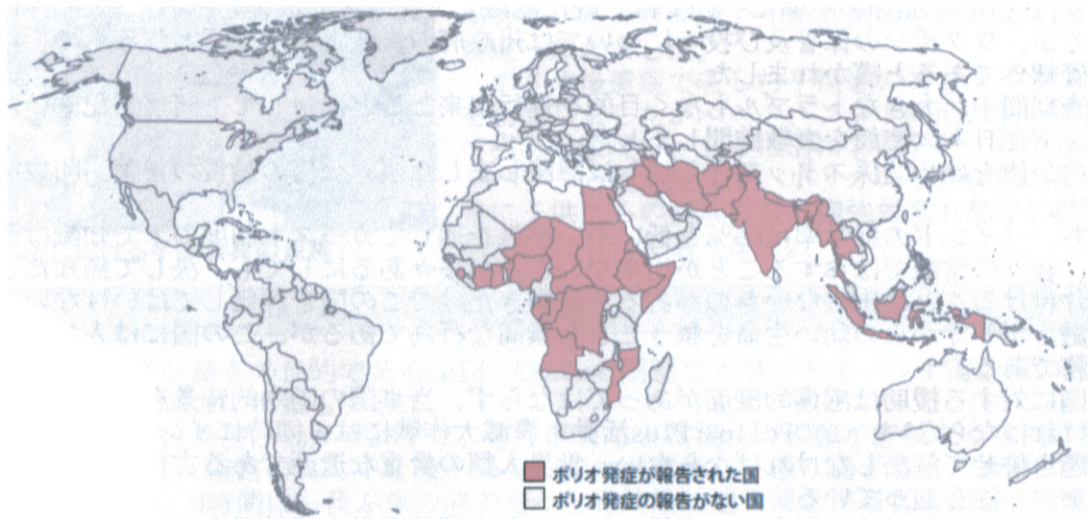
対岸の火事という傍観者ではなく、この地球上から全てのポリオを撲滅する日が一日も早く実現することを願い、私共ロータリアンはもう一息頑張ろうではありませんか。それが志半ばにして他界された山田、峰両先輩の供養になるのです。

余談になりますが、先程述べましたインドのポリオ後遺症の青年を1年後に沖縄に迎えまして、私共沖縄セントラル病院で半年間厳しいリハビリを行い、車椅子で来日した彼が帰国の際には他人の助けをかりず、独りで歩行して帰った姿に現地の人々は大いに感激して、小生が印度と日本の友好の架け橋になったという事で“大仲記念奨学基金”を設立して下さい、当地の大学医学部の学生に貸与して、既に数人の医師を輩出しております。

これもインド320地区と我が2580地区ロータリアンの友情の賜である事を感謝いたし本日の表題の務めを終わります。

最後に、”ロータリーの友“2009年3月号によりますと、ビル・ゲイツ氏がポリオ撲滅の為に、多額の寄付をされているとの朗報がありました。願わくはポリオの根絶資金と共にポリオ後遺症によって体の不自由な生活を余儀なくされている子供達の為のリハビリ施設の建設及びPT・OT等の養成にも活用できないものかご提案申し上げたく存じます。

(ロータリー大会講演より抜粋)



～「歯無し」のはなし～



沖縄セントラル病院

歯科医師 當間 里花

「8020運動」最近では、よく耳にする言葉だと思います。これは「80歳まで 20本の歯を 残そう～」という趣旨で、日本歯科医師会が厚生労働省と共同で提唱したもので高齢になっても20本の歯があれば何でも美味しく食べられ健康な生活が出来るという事から始まった運動です。

しかしながら、現在80歳の日本人の残存歯は、5～7本といわれており、8020に達している高齢者は、まだごくわずかだという事がわかります。現代では、歯科医療技術の進歩に伴い、「(可能な限り)歯を残す」治療が行われていますが、数十年前の治療では、虫歯⇒抜歯という治療が主流だったことが背景にあるかもしれません。

さて、歯が20本以上残存している高齢者は「噛む」ことによって、脳の老化を防ぐこともわかってきています。脳精神機能が100%の高齢者に対して、歯が1本欠けると、その機能は半減50%になり2本欠けると40%、総入れ歯になると25%にまで減少するといわれています。又、良く噛んで食べると唾液の分泌神経が活発に活動し、唾液腺が正常に発育します。故に、口腔乾燥を防ぐということにもつながります。



高齢者に限らず、歯を失うということは、私達の体にどのような影響が起こるのでしょうか？

①歯の並びがずれてきます

抜歯窩（歯が抜けた部分）を中心に、抜けた歯より前の歯は後方に、後ろの歯は前方に傾斜し、対合歯（噛み合っている歯）は噛む相手を求め、（上または下に）伸びてしまうこともあります。歯は徐々に移動するので気がつかない場合が多く、今まで保持していた噛み合わせの調和が少しずつ狂い始めバランスを元の状態に戻すのが困難となります。

②消化不良がおきやすくなります

咀嚼「噛んで飲みこむこと」が不完全になり、食欲の低下や食物を細かくすることが出来ず消化不良を招きます。又、固い食べ物（野菜や肉など）からの必要な栄養素を摂取できなくなりま

③顔や体の歪みが生じます

無意識に噛める場所を探し、歪んだ位置で噛む習慣をつけてしまい、それにより筋肉の左右バランスが変化することも原因です。奥歯では噛む度に、歯1本に対し、約50kgの力がかかるといわれており、左右のバランスが崩れることで顎関節への負担も生じ、顎関節症がおこりやすくなります。体のバランスが崩れると症状は、肩こりや首の痛み、頭痛など全身に影響を及ぼすことも

では、歯が抜けた後はどのような治療方法で歯を補うか簡単に紹介します。歯の喪失部位には、ブリッジや義歯をいれて欠損部を補う処置を行います。

■ブリッジ



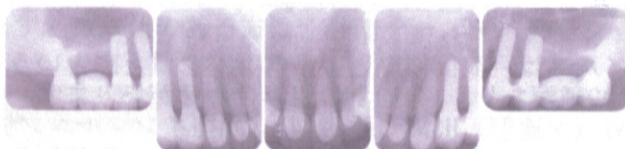
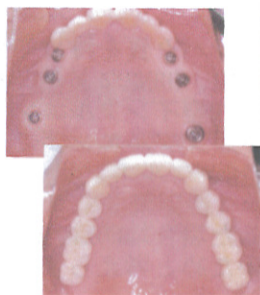
抜けた部位の隣接する歯（支台歯）を2本から数本を削って支えにし、橋をかけるようにかぶせ、セメントで固定するものです。

■義歯(入れ歯)



残っている歯にバネをかけて人工歯を入れるもので取り外し式のもので、それぞれに長所と短所があります。ブリッジや義歯は保険の適応が可能ですが、他にチタン製の人工歯根を歯槽骨に埋め込み、その歯根を土台として人工歯を固定するインプラントという治療法があります。

■インプラント治療



患者自身の口腔内の環境や歯科医の技術などで予後を左右しやすい治療法です。また自費診療になり高額の治療費がかかります。インプラントが適合すると審美性や咬合力に優れます。

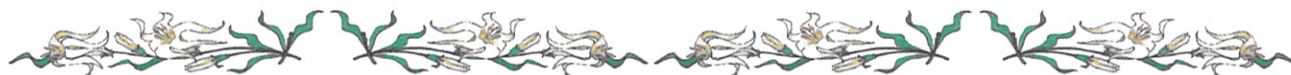
しかし、場合によっては、骨に埋め込んだ土台は感染しやすく、土台周囲の骨が吸収していくということも報告されています。また人工歯根を埋め込むための顎の骨の状態や患者本人の健康状態によってできない場合もあります。

	ブリッジ	義歯
長所	<ul style="list-style-type: none"> ・義歯と比較して違和感が少ない・咬合力がある。 ・取り外して清掃する必要がない。 ・審美性に優れる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・隣の歯を削らなくてよい。 ・清掃がしやすい。 ・抜けた歯数に関係なく対応が可能。 ・調整や修理がしやすい。
短所	<ul style="list-style-type: none"> ・支えとなる歯が健康でも削らなければならない。 ・ダミー（人工歯）の部分の清掃がしにくい。 ・抜けた歯の数や部位によっては対応できないことがある。 ・固定した後の修理ができない。 	<ul style="list-style-type: none"> ・異物感や違和感が大きい。 ・ブリッジより咬合力が弱い。 ・食片がはさまりやすい。 ・破損しやすい。 ・発音しにくい。 ・バネが見えるなど審美性に劣る。

今回は「歯が抜けたら」のお話をしてきましたが歯を失う前に出来る事はたくさんあります。歯を失う原因で最も多い（歯周病）や（大きな虫歯）を抜かなければならない状態まで放っておかない事です。痛みが出てからでは、その症状は進行している状態がほとんどです。

「虫歯や歯周病は生活習慣病」と呼ばれるように日頃から自己管理をすれば多くの場合、拔牙を未然に防ぐ、または、遅らせることが可能です。そこで、半年に1回、歯科医による健康診断や専門的な口腔ケアをお勧めします。

歯は健康維持のために欠かせない重要な役割を担っています。いつまでも自分の歯で美味しい食事ができるように8020達成を目指していきましょう。（参考写真：医歯出版 治療説明図 “治療写真集”より）



～ 新型インフルエンザ - 新型とは何か - ～

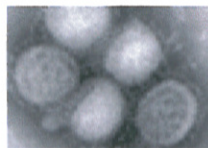


沖縄セントラル病院

内科医師 石田 眞一

インフルエンザは日本では、毎年冬に流行する呼吸器のウイルス感染症です。今年は新型インフルエンザが出現して心配されました。この新型というのは、どういう意味なのでしょう？

インフルエンザは大きくA, B, C型に分かれています。ヒトに病気を起こすのはA型とB型です。A型はヒトだけではなくていろいろな動物に感染します。しかし、感染する動物（ヒト、鳥、豚など）毎に感染能力が制限されています。つまり、ある種の動物に感染するインフルエンザウイルスは、別の種には感染できないのです（Host range restriction）。B型はヒトだけに感染します。

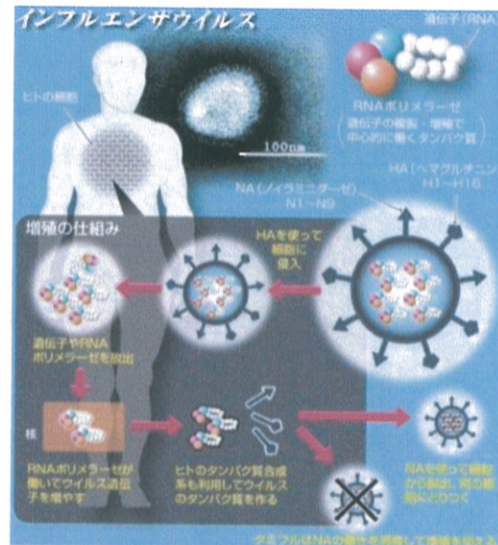


A型とB型インフルエンザウイルスは、表面にHAというタンパク質とNAというタンパク質を持っています。HAには16種類、NAには9種類あり、144通りの組み合わせがあります。H1N1、H3N2などと表現します。現在、ヒトにはH1N1（ソ連型）H3N2（香港型）のA型インフルエンザとB型インフルエンザが毎年流行しています。ヒトに感染するので（宿主とするので）、これはヒトインフルエンザです。他の動物、例えばニワトリに感染するインフルエンザにはH5N1型のA型トリインフルエンザがあります。

このH5N1型トリインフルエンザがヒトに感染する事があります。ヒトに感染した場合約60%の死亡率があります。これは、今まで、だれも罹ったことがないためヒトに免疫が無いと考えられています。

このようなインフルエンザが流行すると昔のスペイン風邪のような大変なことになると思いますが、このH5N1型トリインフルエンザは、ヒトに感染してもヒトからヒトへ感染することができないために大きな流行になっていません。今回のメキシコ発のブタインフルエンザウイルスは、ヒトからヒトへの感染が確認されています。そのため病気としての新型インフルエンザとされました。ヒトに対する新型という意味です。そして世界中に広まり、パンデミック（世界的大流行）に指摘されました。

WHOは米国のデータからこの新型インフルエンザの死亡率を0.4%としています。トリインフルエンザの60%とは比較にならない毒性（あるいは病原性）の低さです。これは大きな救いでした。ちなみに、いままでのインフルエンザ（季節性インフルエンザ）の死亡率は0.1%とされています。しかし、これでも1,000万人が罹患すると10,000人が亡くなります。



今回の新型インフルエンザの流行では、インフルエンザのような有名なウイルスでもまだまだわからないことがあるという事を感じました。H1N1型であれば今までのソ連型と同じ型ですから、今までのワクチンが効きそうですが、ワクチン株はヒトインフルエンザなのでブタインフルエンザには効かないと考えられています。これは、過去のワクチン開発の経緯から推察されています。新型といっても強毒型のトリインフルエンザを想定していたため社会的混乱も見られました。しかし、大した事は無かったという結果論で終わらせる事はできないと思います。新型ブタインフルエンザウイルスはすでに日本にも定着した可能性があり、冬に、また流行するのか、強毒性に変異するのか、など気をつけなくてはならないと思います。また、沖縄県では数年前から夏に季節型のインフルエンザの流行が報告されています。さらに、小児にはインフルエンザ脳症という病気もあります。油断せずに対応する必要があると思います。

～【当院におけるインフルエンザ対策】～

①インフルエンザワクチン接種

インフルエンザワクチン予防接種を10月初旬から患者様及び全職員を対象とした受付期間を設け、11月末日までに接種終了しています。



②咳エチケット

咳や鼻水、くしゃみのある場合、サージカルマスク着用へのご協力をお願い致します。※正面玄関入り口にてマスク販売機器を設置しております。



③面会者への対応

熱、咳や鼻水、くしゃみのある場合での入院患者様への面会は、面会を自粛していただくことがあります。（症状のある方は、各階ナース・ステーションへ申し出て下さい）

④手指消毒強化

アルコール製剤による手指消毒のご協力依頼として、院外から来られた方は、設置されたアルコール製剤による手指消毒へのご協力をお願いします。

- ・1階外来設置場所 ⇒ 正面玄関入り口
- ・各病棟設置場所 ⇒ ナース・ステーション



【インフルエンザかな？と思ったらすぐに受診しましょう！】

インフルエンザは潜伏期が1～5日間と短く、通常の風邪に比べ症状が重いのが特徴です。インフルエンザが流行している時期では、次の症状がある場合、インフルエンザの可能性を考え、早めに受診しましょう。
(沖縄県では夏のインフルエンザの流行が毎年報告されています)

1. 突然の38℃以上の発熱が出て下がらない
2. 熱っぽくて倦怠感が続き、関節痛や筋肉痛、頭痛がある
3. 寒気が続き、せき・鼻水・くしゃみ・のどの痛み、等がでてきた



【予防接種で重症化を防ぐ】

当院では、流行前(10月初旬)でのインフルエンザワクチン予防接種を行っています。インフルエンザの予防に最も効果が期待できるのは、予防接種を受けることです。ワクチンを接種することにより、免疫力が備わり、インフルエンザの重症化を防ぐことができます。

*インフルエンザワクチン接種を希望される方は、主治医および看護師、または1階外来診療受付へ申し出てください。

4階病棟 前森 敬太



～ 病院創立37周年記念事業 ～

第2回院内特別講演会 “健康とミネラル”

(株)ぬちまーす 社長
高安 正勝様

創立記念事業、第2回目の特別講演会が、ベンチャー企業株式会社ぬちまーすの高安正勝社長を講師に迎えて「健康とミネラル」の演題で6月27日(土)に行いました。講演は、笑いの絶えない内容でユニークな話術は聴講する者を1時間余に渡って釘づけにしました。



広い範囲の講演の内容豊富な中から数点ポイントを挙げて行きたいと思います。高安社長の著書「現代人を救う”塩”健康革命」を参考引用文献としています。

まず、世界一ミネラル含有量の多い塩としてギネスブックに登録されたぬちまーすの製法は、高安社長が発明し、ラン栽培に使われていた空中散水法を100回余りの試作の末に完成した「常温瞬間空中結晶製塩法」によるものです。数十メートルの深海から汲み上げた海水を貯留タンクで濾過し不純物を除去した後、ビニールハウス内に上記の工法で瞬間散布して結晶化した塩は、わた雪のように積もって天然の多種のミネラル成分がバランスよく含まれるぬちまーすとなります。塩化ナトリウム量が他の塩の73%しかないそうです。

日本では国の専売性が10年前に廃止されるまで、90年間に渡って塩化ナトリウム(NaCl)99.5%以上の食塩が使われていました。Naは、高血圧の一番の要因とされ、減塩醤油・味噌など減塩食材のブームを呼んだのです。



化学精製された塩はナトリウム分を体内から排出するミネラル分が工程中に除かれていた為で、前記した様に常温瞬間空中結晶法ではナトリウム成分が73%で21種類のミネラル分が27%残っている。ぬちマースはバランスよく体内に入って細胞の代謝機能が健康維持、更には生命維持へ上手く働くとされています。

台風銀座といわれる沖縄は長寿と関係があるといわれます。直接・間接に年間10個以上の台風の影響を受ける沖縄にとって、強風の海から吸い上げた海水は地上ではミネラル分を含んだ恵みの海水であり、塩害のみをもたらす物ではありません。

ミネラルを十分に含んだ沖縄の地での作物を食べて来た先人達と外国から輸入作物を買い求めて菜食主義者と思いついでいる現代人とは体内での野菜の働きが違います。

輸入される産地は多くがミネラルの欠如した内陸部であり、更に化学肥料の三要素である窒素・リン・カリウムで太らせた野菜しかりです。以前は、堆肥を利用し化学肥料は無に近かったです。他の食物でも、庭の土を突く鳥の卵とコンクリートの上や空中網小屋で飼われた鳥の卵とは成分が違ふと言われます。



ミネラルはナトリウムやカリウム、カルシウム等の無機質の総称で46億年前の地球誕生の際、陸地に含まれていたが永年の風雨で溶かされ海に流れ出し生命誕生の要因にもなりました。

恵みの雨はミネラル成分を現在も地上から流し続けてもいるのです。台風常襲の沖縄では台風のお陰でミネラルを含んだ雨を降らせてくれます。故に、健康の為にも塩を選ぶ際には、沖縄の海が育んだ、天然の多種のミネラル成分がバランスよく含まれる「ぬちマース」をご購入下さいませよう宜しくお願い致します。

講演者プロフィール

高安正勝 (たかやす まさかつ)



ベンチャー高安(有) 代表取締役社長。

1947年具志川市田場生まれ。琉球大学理工学部物理学科卒業後南西航空(現JTA)入社。在職中、洋ランの特殊な生産方法で特許を取得し、実践するため独立。

1997年1月に「塩の製造販売が自由化」という新聞記事を目にしてすぐに、自分のラン栽培方法を利用して、塩を作ることができるとひらめき、実験に成功。海水をビニールハウス内で自ら発明した微細霧発生機で細かい霧にし、温風で吹き飛ばすという「常温瞬間空中結晶製塩法」を開発。日本国内、及び世界主要国で特許取得済み。「ぬちマース」が2002年2月ミネラル含有種類世界一でギネスブックに認定される。

世界初の「常温瞬間結晶製塩法」が2003年10月発明の最高賞である「中小企業庁長官奨励賞」を受賞。

デイサービスセンターのご案内

事業所名	医療法人寿仁会 沖縄セントラルデイサービスセンター	
場所	那覇市与儀1丁目26番地6号(沖縄セントラル病院内5F)	
お問い合わせ先	098-854-5511	
ご利用時間	月～土(日曜祝祭日以外)	9:00～17:30

当デイサービスは、利用者様の健康づくり、生きがいづくりをモットーにサービスをおこなっています。おもなサービス内容として、**入浴・アクティビティ活動(ゲームレク、カラオケ等)・パワーリハビリ**などがあり、機能訓練員の指導のもと、個別訓練のプログラムも作成しています。ご家族様が安心して在宅生活ができるよう、全力でサポートさせていただきます!!

デイサービスの一日の流れ

8:30	朝の迎え
9:30	デイサービス到着 バイタルチェック (体調、健康チェック)
10:00	入浴
10:30	集団レク・機能訓練 (月・木 琉舞 土 日舞)
12:20	昼食タイム
13:00	休憩時間
14:00	午後の活動(カラオケ・ゲームレク等) (水 日舞 木・金 手工芸)
15:20	おやつタイム
16:00	帰りの送り



セントラルデイサービスでは、毎週月・木に琉舞の又吉先生、水・土に日舞の西川先生を招いて集団レクの時間に利用者様や職員も一緒に踊り、楽しいひと時を過ごしています。利用者の皆様も毎回熱心に参加されています。尚、一日体験利用も受け付けていますので、ご希望の方は下記までご連絡ください!!

医療法人寿仁会 沖縄セントラルデイサービスセンター
TEL 098-854-5511 担当: 嶺井・島袋
FAX 098-854-5519

沖縄セントラルデイサービスセンターでは、随時**利用者様を募集**しています!!
施設内見学も可能ですので、ぜひお気軽にお問い合わせください!!

～ 文 芸 俱 楽 部 ～

文芸コーナーでは外来患者様や入院患者様、職員の皆様の紀行文・随筆、詩、短歌・俳句などを載せています。思いのままを綴って、奮って御応募下さい。

デイサービスの一日

垣花 久美子様



『歲月人を待たず』とのことわざ通り、新年が来たかと思つたら、時は過ぎ行き早や初夏になりました。

沖縄セントラル病院のデイサービスへ通っています。デイサービスがこんなに素晴らしいものであるとは知りませんでした。

要支援、要介護の人達のために、毎日送迎を下さって、少しでも健常者に近づくようにとそれぞれの体に合った訓練をして、一日お世話を下さいます。大変有難いことと心から感謝の念で一杯です。皆様ご苦勞様有難うございます。

午前中は、定刻に迎えて、到着したら、安全第一に車の乗り降りに気を使って、車椅子の人も、親切、丁寧に降ろして、連れていきます。介助者の方の心優しさに胸を打たれます。

また、お茶を飲みながら、隣のお友達とおしゃべりをするのが、とても楽しいひと時です。それから、その日の健康状態をいろいろとチェックをしてくれます。血圧、脈拍、体温などをナースさんとお話して、一日の体調が分かり安心します。

それが終わると、自分に合ったトレーニングや足や腰のリハビリをしたりします。専門の療法士の方が時間をかけて、マッサージをします。

ラジオ体操やリハビリ体操もしますが、さらに琉舞や日舞等も一流の先生が指導して下さいるので、皆喜んで踊ります。特に、リハビリ体操の『北国の春、知床旅情等』を歌い踊るのは、清々しい気持ちになります。

昼食時間前になりますと口の運動の、早口言葉のけいこをします。スムーズに午前中は終わり、介護の人は、移動やトイレのお世話をしてくれます。本当にありがたいと思います。

昼食時間が又格別です。配膳が終るまでお預けで、知らんぷりをして、ちょっと覗いて見て、おかずがおいしそうと見たり、まるで、幼稚園生の表情です。配膳が済みますと、手を合わせて、大きな声で、『いただきます』と云って食べるおいしい昼食の楽しさは、言葉ではいい表せません。食事は、ちゃんと各自に合った献立が出ますのもデイサービスのお蔭です。

午後は、集団ゲームや手工芸、ちぎり絵、塗り絵、いろいろのことを教えて楽しませてくれます。まるで、学校の時間割と変わらない程、規則正しく進みます。

これこそ、高齢者を認知症にしない、いい訓練だと感謝しています。黙って、一日中家の中にいたら、淋しさで長い一日でしょうが、デイサービスへ来て皆とわいわい云って過ごす時間は、短く感じ、楽しい一日です。

家族の方も介護で一日手がかかると仕事も出来ず、経済的にも労力も大変でしょうが、一日中のサービスで預けますと安心して、仕事にも行け、一挙両得でいい制度だと思います。末長く続けて、要支援、要介護の人達を見守って下さる事を切に願います。スタッフの皆さんご苦勞様、感謝の気持ちで一杯です。



～ 地 域 紹 介 ～

クイーンストア

今回は、沖縄セントラル病院に一番近いスーパーマーケットのクイーンストアをご紹介します。



～ 店長さんからのコメント ～

21年の歴史を誇る地域密着型の営業姿勢を貫きます。食品だけでなく、日常生活品も扱っています。お年寄りの世帯など、配達もさせて頂いています。

クロネコヤマトの代理店をしています。

クロネコメールも可能です。経費節約にご利用下さい。

店の自慢は、なんと言ってもお惣菜です。たくさんの種類の出来立ての品が揃っています。病院の職員もよく弁当を買いにお見えになります。奥様や独身の方々、仕事帰りにお立ち寄り下さい。

～ ふれあい看護 ～

今回は、5月27日 那覇西高校 5月29日 南部農林高校が参加しました。

南部農林高校



那覇西高校



両校の皆様、ありがとうございました。これからも学んだことを大切にしてくださいね。(^^)



～ 那覇ハーリー参加報告 ～

去る、5月3日に行われた第35回目の那覇ハーリーに病院37周年記念行事の一環として参加しました。10数年前にもハーリー大会に参加した事があります。その時は男女別々で一艘10数人でしたが、今回は一チーム35人と規模が大きく通常のハーリー大会の約3倍の人数でした。

参加申し込みをするに当たり、当院は女性が職員の大半を占めるため不安でしたが、男子22人、女子13人の快い参加で快漕する事が出来ました。

一般参加出場42チーム中で34番目の4分58秒48で、一般の優勝タイムは、4分03秒07でした。中学生女子チームは更に速く、その違いは全員の力とチームワークでオールが揃ってこそ船は勢い良く進むのだと思いました。

ハーリー参加の意義はチームワーク作りであり、上手く纏まったチームが良い結果を出しているようです。毎年参加する事に意義があると思います。

医療技術部部长 我謝光茂



病院の基本理念

- ひたすら病める人々のために
- 健全なる人々の更なる健康増進のために
- 集いし職員トモの生涯修養の館たらんことを

病院憲章

1. 私たちの病院は、地域の人々の健康と福祉を保証し、併せて健やかなる人々の病の予防と更なる健康増進のために努めることを目的とする。
2. 私たちの病院は、生命の尊重と人間愛を基本とし、常に医療水準の向上に努め、専門的・倫理的医療を提供するものとする。
3. 私たちの病院は、病める人々中心の医療の心構えを堅持し、地域の人々の満足を得られるように意欲ある活動をするものとする。
4. 私たちの病院は、何人も利用しやすく且つ便益を人々に公正に分ち合うサービスを志向するものとする。
5. 私たちの病院は、地域医療体系に参加し、各々のもてる機能の連携により、合理的で効率的な医療の成果を上げることに努めるものとする。
6. 私たち職員は、たゆみない研鑽を積み、医療の錬磨と医道の高揚に努め、限りない愛情と責任を持って、地域の人々のために最善を尽くすものとする。

看護部の理念

1. 地域の人々の、疾病の予防と健康増進の為に、検診から在宅看護まで一貫した看護活動をとおして地域に貢献します。
2. 患者の身体的、精神的、社会的ニーズにお応えし、きめ細かな看護、介護の実践を目指します。
3. 患者の人権を尊重し、質の高い看護、介護を提供する為に、看護研修や研究を継続します。

～交友会便り～

新規の三役が決まりました。180人を超える職員が懇親を深められるようスポーツ、文化の行事を実施する予定です。旧三役の皆さんお疲れ様でした。

委員長	下地 匠	(リハビリ科)
補佐	大城 優也	(3 F 病棟)
副委員長	米盛 夕希子	(医事課)
会計	金城 将	(4 F 病棟)
書記	上原 和也	(3 F 病棟)
	比嘉 真紀	(4 F 病棟)

運営には皆様の御協力が必要です。積極的な参加を期待しております。

外 来 担 当 医 師

	診療科	AM/PM	月	火	水	木	金	土
同一診療室	循環器内科	AM		鈴木	鈴木			
		PM	鈴木				鈴木	
	※火曜日の循環器内科診療は第2・第4のみ							
同一診療室	皮膚科	AM	琉大			琉大		
		PM						
	外科	AM				下地		
同一診療室	整形外科	AM	平	琉大	平	常銘(琉大)	平	琉大
		PM	平		平	常銘(琉大)	平	
	内科 (消化器科)	AM				加藤		加藤
同一診療室	内視鏡・訪問	PM	加藤	加藤			加藤	
		AM	加藤	加藤		訪問診療	加藤	
	※加藤先生(毎月第1土曜日:終日休み / 毎週水曜日:終日休み / 毎週土曜日:午後休み)							
同一診療室	内科 (一般内科)	AM	石田	石田				
		PM			石田	石田		石田
	内視鏡・訪問			訪問診療	石田	石田		石田
※石田先生(毎週金曜日:終日休み)								
同一診療室	放射線科	AM	井戸	井戸	井戸	井戸		
		PM						
	健診・ドック		井戸	井戸	井戸	井戸		
※井戸先生(毎週木曜日:午後休み / 毎週金曜日・土曜日:終日休み)								
同一診療室	総合診療科	AM	堀川	堀川	堀川		堀川	堀川
		PM	堀川	堀川	堀川		堀川	
	訪問診療							訪問診療
※堀川先生(毎週木曜日休み)								
同一診療室	内科 (呼吸器科)	AM	久手堅		久手堅	久手堅		
		PM	久手堅		久手堅	久手堅	久手堅	久手堅
	健診・ドック		(禁煙・無呼吸)		(禁煙・無呼吸)	(禁煙・無呼吸)	久手堅	久手堅
※久手堅先生(毎週火曜日休み)								
同一診療室	ガンマナイフ	AM	佐村	佐村	佐村	佐村	佐村	佐村
		PM	佐村	佐村	佐村	佐村	佐村	
	※ガンマナイフ診察は要予約(第1・第3土曜日:午後休み / 第2・4・5土曜日:終日休み)							
同一診療室	脳神経外科	AM	大仲	大仲	大仲	大仲	大仲	大仲
		PM	大仲	大仲		大仲	大仲	大仲
	脳ドック・高気圧		大仲	大仲		大仲	大仲	大仲
同一診療室	脳神経外科	AM						
		PM			外間			
	眼科	AM	宮城		宮城		宮城	宮城
同一診療室	内科	PM	宮城		宮城		宮城	
		AM						瀬尾
	AM							
心療内科 ※石津先生(不定期 月1~2回) 完全予約制								
同一診療室	歯科	AM	當間	當間	當間・仲程	當間・仲程	當間	當間・仲程
		PM	當間・仲程	當間	當間・仲程	當間・仲程	當間・仲程	
	訪問歯科	AM	仲程	仲程			仲程	
同一診療室	訪問歯科	PM						
		AM						
	PM							

■受付時間 / 午前 8:30 ~ 12:30 午後 13:30 ~ 17:30

■診察時間 / 午前 9:00 ~ 13:00 午後 14:00 ~ 18:00

◎ガンマナイフセンター 直通:854-5516 (内線:217)

◎居宅介護支援センター 直通:855-7200 (内線:219)

◎デイサービスセンター (内線:505)

●健康増進サービス機関(厚生労働省認可) ●付属リハビリテーションセンター

◎健康管理センター (内線:214・223)

●人間ドック ●脳ドック ●一般検診 ●特殊検診(航空身体検査・高気圧業務検査)

●メディカルフィットネスセンター「フローゲン」 直通:854-5541 (内線:502・504)