

朋友

For You

沖縄セントラル病院広報誌
2011年7月発行 Vol.16



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://www.jyujinkai.jp/central/> E-Mail o-centh1@nirai.ne.jp

目次

仏教の話 (医局 医師 加藤 健作)	3
光陰矢の如し<90歳 老婆の願い> (フローゲン会員)	4
地域のお店紹介 (琉洋創菜 CHIBIKURO)	5
「ふれあい看護体験」の感想	5
講演会「東日本大震災・沖縄県隊の軌跡」について	6
東日本大震災に対する当院の取り組み	6
病院の基本理念	7



AMD A 沖縄 会員募集
救える命があればどこへでも！

AMD A 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下さい。
(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)

AMD Aの活動へのご支援のお願い

AMD A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いたします。

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

今回、医療とは直接関連のない表題にて文章を書いて頂きました。

加藤医師は内科医ですが当院の胃カメラの検査は週に5日担当しています。



仏教のはなし

医局 医師 加藤 健作

約2500年前に誕生した仏教とはブッダ（目覚めた人）の教えという意味ですが、ブッダが仏教を作ったわけではなくブッダが亡くなった後に弟子たちがその教えをまとめたものを仏教と呼ぶようになりました。

ブッダは神様でもなく生まれた時から何か特別な能力を持っていたわけでもありません。最後は食あたりで亡くなったと伝えられており、私たちと同じ普通の人間だったのです。王子という恵まれた環境に育ちましたが、そのことには満足せず29歳で出家し6年後の35歳の時に自らの力で悟りを得ました。そして80歳で亡くなる直前まで、ただ「人々の苦しみからの開放」だけを願って何の見返りもなしにその教えを説き続けたのです。

しかしその純粋な教えは時代と共に失われ、現在の日本における仏教の主な役割は本来の苦しみからの開放を目的にしたものではなく、儀礼や儀式を中心とした葬式仏教になってしまいました。日本に伝わった仏教はインドからチベット、中国、韓国を経て入ってきた北伝仏教（大乘仏教）ですが、それとは別にインドからスリランカ、タイ、カンボジアへと伝わった南伝仏教（上座部仏教＝テーラワーダ仏教）と呼ばれるものがあります。この南回りの仏教は原始仏教とも呼ばれブッダの教えに手を加えることなく、純粋な形で今日まで受け継がれてきたとされています。その経典には死んでからではなく、生きている人間を対象として今この場での人間の苦しみを減らす本来の教えが説かれているのです。

2500年前も今も人間の苦しみや悩み事はたいして変わっておりません。ブッダの教えは現代にも通じるどころか、悩み多きこの時代にこそ必要な普遍的な教えなのです。自分には苦しみはないと言う人もいますが、全ての生命に苦しみは存在するとブッダはいます。（四苦八苦）私たちのすべてが無知であり苦しんでいるということを認めるところから仏教の教えが始まるのです。次にこれらの苦しみには原因があり、その苦しみには終わりがあることを理解します。そしてまたその苦しみを終わりに導く方法があることを知るのです。苦しみからの開放とは即ち幸福であるということです。仏教は頭で理解するものではなく、実践を通して自分の体で直接体験することにより学んでいくものです。つまり仏教とは自分自身の体と心を観察して自分自身を知ることにはほかなりません。自分自身を知ることがそのまま苦しみからの解放への道に繋がっていくのです。答えは最初から全て自分の中にあるということです。仏教を実践していくのにわざわざ出家する必要はありませんし、仏教徒になる必要もありません。普段の日常生活の中でこそ実践は行なわれていくべきですし、その教えが本当に正しいかどうか宗教に関係なく誰でも自分自身で確かめることができます。自分に合っていないと思ったら止めればよいだけです。また足の痛みを我慢して坐禅をすることだけが実践ではなく、ご飯を食べお茶を飲むことも実践のひとつなのです。私に関していえば学校では勉強を教えてくださいましたけど、正しい生き方については教えてくれませんでした。正しい生き方を仏教から学び実践することによって自分自身に良い変化を感じています。

実際の実践法についてはおすすめの本をいくつか紹介しておきますので興味のある方は参考にして下さい。

（読みやすい順に上から列記してあります）

プラユキ・ナラテポー	「苦しまなくて、いいんだよ」
地橋 秀雄	「ブッダの瞑想法」
ティク・ナット・ハン	「怒り-心の炎の静め方」 「あなたに平和が訪れる禅的生活のすすめ」
ウィリアム・ハート	「ゴエンカ氏のヴィパッサナー瞑想入門」
エックハルト・トール	「ニュー・アース」
ラリー・ローゼンバーグ	「呼吸による癒し」
ラム・ダス	「覚醒への旅」
アルボムッレ・スマナサーラ	「ブッダの実践心理学1～7巻」

不老源のリハビリへ通って六月で早二年目。

あっと云ふ間の二年間でした。腰を痛めて思うように動けず、ふらついていた足腰もお陰様で大分良くなった。もうふらつく事はない。

而し、老いという自然の摂理には逆らえない。後期高齢者と云ふレッテルも貼られてくる。明日のことは誰にも判らない。

リハビリを終えた後の気持ちの爽快さ、身も心もほぐれて軽くなり、幸せな気分になれる。だから止められない。

明日も頑張ろうという気持ちになる。気持ちだけは何時でも青春、自分が老人だとは、思っていない。付きっきりでお世話して下さいのスタッフの皆様には心から有難うと云いたい。

何時でも笑顔で自分の任務に一生懸命の姿には感動する。毎日毎日あれだけ動くとさぞや気疲れもあるだろうに…疲れたそぶりも見せず、一人一人に気配りを忘れない。感謝感激しています。

(みなさんは) まだまだ若い。
親孝行のつもりで頑張ってください。
「幸せは、いつでも後ろからついて来る」
と、毎朝テレビで云って居ます。
共に頑張りませう。
明日へ向かって フィットネス

フローゲンとは？

フローゲンとは当院5階にあるメディカルフィットネスの事で、当院独自の呼称です。

ダイエットなどの目的で運動されている方もおられますが脳梗塞や骨折後のリハビリが目的の方もいらっしゃいます。今回、会員の方からの投稿を掲載させて頂きました。



地域のお店の紹介

琉洋創菜 CHIBIKURO (ちびくろ)

居酒屋さんとして営業されていますが、6月からランチも始めています。イタリアンです。

- パスタ 1,050円
- 魚料理 1,280円
- 肉料理 1,280円

の3種類があります。
サラダバー、ドリンク、スープ、デザートがついています。
場所はすすらん食堂の真向かいです。駐車場も沖縄セントラル病院のすぐ横にあります。



「ふれあい看護体験」の感想

県立陽明高校の介護福祉科の皆さんが看護体験をしました。充実した1日を過ごせましたと感想文を寄せてくださいました。

沖縄県立陽名高等学校 介護福祉課科 東江佑美

今日の看護体験は、とても将来の為になることを学びました。患者さんとのふれあいがどれだけ大切な事か学びました。また、患者さんもセントラル病院の方達もとても優しく、会話も楽しかったです。今日は、一日中笑顔の絶えない特別な日でした。

また、セントラル病院には、高圧酸素治療という治療法があり、潜水病になった人を治療室に入れて、普通の空気中の酸素の約20～30倍の酸素濃度で治療するというのを知りました。

沖縄県立陽明高等学校 介護福祉科 富原 優香

今日の看護体験で私は色々なことを学びました。

看護師さんやヘルパーさんの手慣れた介護はほんとうに凄いなと思ったし、病院には医者や看護師以外にも臨床工学技士や理学療法士、作業療法士などいろいろな職種の人が病院で働いていることが分かりました。

私は将来、福祉に関する仕事がしたいと思っているので、高齢者やその他の人たちとのふれあいは、きっと大人になっても役立つことだと思いました。

今日のふれあい看護体験は、2、3年次で行う施設実習や勉強で為になると思いました。病院のいろいろな場所が見れて、本当にワクワクし楽しかったです。またいつか看護体験が行える機会があったら、また参加したいです。

沖縄県立陽名高校 介護福祉課 親富祖 美輝

職場体験を終えて、介護の面だけではなく看護の面としても色々みることができました。今日はセントラル病院の中の施設をたくさん見学しました。病院の中には、たくさんの職種の人が活躍していました。見たことのない高気圧酸素治療の機械を見たり、テレビで見たことしかない手術室に入ったり初めて見るのもたくさんありました。また最後に、高齢者専用賃貸住宅も見学させて頂きました。

私も将来、看護師になりたいと考えています。きつそうだけれどその中で、たくさんの人と触れあう事ができ、たくさんのお会いがあると思います。セントラル病院に来てより将来の夢に近づけることができたのかな??と思いました。とっても良い経験ができました。今日、一日ありがとうございました。



講演会「東日本大震災・沖縄県隊の軌跡」について

当院6階、多目的ホールで6月16日に震災の講演がありました。

職員や入院患者さん、近隣の方など約120人が聴講に参加されました。全国の消防隊には、阪神淡路の大震災後設置された、緊急消防援助隊沖縄県隊の那覇市消防本部警防課長 照屋雅浩氏に、救助現場から救われる命の尊さのテーマで講演をして頂きました。

講演の内容で特に強調されたのは、「水、食料の備蓄はもちろんではあるが、笛と懐中電灯も必要になる。又、日頃の訓練は、想定範囲内の設定がほとんどであり、想定外に出くわすとパニックになるため、訓練の内容に想定範囲外を加味しておかないといけない」という事でした。

講演会の様子



震災の様子（岩手県大槌町：災害対策本部、大槌町学校）



東日本大震災に対する当院の取り組み

震災直後から受付窓口に義捐金箱を設置し、職員が引き出物などを出して院内バザーを行いました。

義捐金で33,258円、バザーの売り上げ金が300,000円になりました。呼びかけに、ご協力いただきました多くの皆様ありがとうございました。また、岩手県大槌町に沖縄県医師会の医療班として医師1人が5月3日から5月10日まで派遣されました。

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

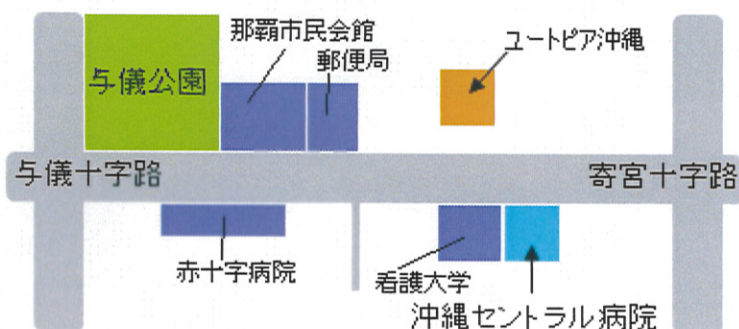
1. 私たちの病院は、地域の人々の健康と福祉を保証し、併せて健やかなる人々の病の予防と更なる健康増進のために努めることを目的とする。
2. 私たちの病院は、生命の尊重と人間愛を基本とし、常に医療水準の向上に努め、専門的・倫理的医療を提供するものとする。
3. 私たちの病院は、病める人々中心の医療の心構えを堅持し、地域の人々の満足を得られるように意欲ある活動をするものとする。
4. 私たちの病院は、何人も利用しやすく且つ便益を人々に公正に分ち合うサービスを志向するものとする。
5. 私たちの病院は、地域医療体系に参加し、各々のもてる機能の連携により、合理的で効率的な医療の成果を上げることに努める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

高齢者複合介護施設“ユートピア沖縄”ご案内

- 入居希望者を受付中です。(130室)
- 職員募集：医師・看護師・介護士・事務職・ヘルパー・その他
- 連絡先： TEL：098-854-5551 FAX：098-835-9595
E-Mail o-centh1@nirai.ne.jp
- 場所：〒902-0064 沖縄県那覇市寄宮 2-1-18



診療科	時間帯	月	火	水	木	金	土
循環器内科	AM		鈴木 信 (第2・4)	鈴木 信	前 里		
	PM	鈴木 信				鈴木 信	
皮膚科	AM				琉球大学		
	PM						
外科	AM						
	PM				下地 忠夫		
整形外科	AM	平 宏章		平 宏章	琉球大学	平 宏章	
	PM	平 宏章		平 宏章	琉球大学	平 宏章	
内科	AM	石田 眞一	國吉 永二	石田 眞一	石田 眞一	瀬尾 駿	瀬尾 駿
	PM	池田 峰子		池田 峰子	國吉 永二		石田 眞一
内科 (消化器科)	AM					國吉 永二	
	PM		加藤 健作		訪問診療	加藤 健作	
内科 (一般内科)	AM	石田 眞一	石田 眞一		石田 眞一		
	PM			石田 眞一			石田 眞一
内視鏡	AM	加藤 健作	加藤 健作	石田 眞一	加藤 健作	加藤 健作	加藤 健作
	PM						
訪問	AM						
	PM				加藤 健作		
検診・ドック		國吉 永二	池田 峰子	池田 峰子	國吉 永二	國吉 永二	石田 眞一
脳神経外科	AM	大仲 良一	大仲 良一	大仲 良一	大仲 良一	大仲 良一	大仲 良一
	PM	宮城 航一	宮城 航一	外 間	大仲 良一	宮城 航一	宮城 航一
脳ドック・高気圧		大仲 良一	大仲 良一	外間 晶子	大仲 良一	大仲 良一	大仲 良一
特殊外来 (ガンナイフ・パーキンソン)	AM						
	PM	宮城 航一	宮城 航一	宮城 航一		宮城 航一	宮城 航一
心療内科		石津 宏 (完全予約制/不定期月1~2回)					
歯科	AM	當間 里花	當間 里花	當間・仲程	當間・仲程	當間 里花	當間・仲程
	PM	當間・仲程	當間 里花	當間・仲程		當間・仲程	
訪問歯科	AM	仲程 留奈	仲程 留奈			仲程 留奈	
	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

◎ガンナイフセンター 直通 : 854-5516 (内線 : 217)

◎高気圧酸素治療センター (内線 : 115)

◎リハビリテーションセンター (内線 : 500)

◎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)

◎居宅介護支援センター 直通 : 855-7200 (内線 : 219)