

社 会 医 療 法 人 か り ゆ し 会 の 広 報 誌

# あすなろ

2012 No.71

秋号

■ 特 集 ■

## 心臓リハビリテーション

無料 / TAKE FREE

ご自由にお持ち帰り下さい。



題 名 海の中の音楽隊

● 絵画の詳しい情報は P14 ハ !

# 心臓リハビリテーション

## はじめに

近年、心臓リハビリテーションが狭心症や心筋梗塞、心不全などの心大血管疾患の治療、有効性、安全性において非常に有用であることが国内外で報告され広まりつつあります。ハートライフ病院でも、循環器疾患治療の質の向上に努めるべく、循環器内科医師の仲田、三戸2人の医師を中心に、看護師、理学療法士、医事課の職員が県内外の学会、施設見学、研修に参加し心臓リハビリ室の設立準備を行ってきました。発案から長い期間を要していましたが、2012年7月1日付けで心臓リハビリテーション室としての認定を取得しました。すでに入院患者さんについては、心肺運動負荷試験（CPX）による運動処方箋に基づいた自転車エルゴメーターによる心臓リハビリテーションを行なっています。



## 急増する肥満

メタボリック症候群という言葉は医学用語でありながら日常生活でも使用頻度が高い言葉の一つで、一時期流行語にもなりました。メタボリック症候群と非常に関連の深い肥満は、本邦では食生活や生活習慣の欧米化に伴い急増し、最近では2,300万人に達するといわれています。

さて、メタボリック症候群と肥満との関係で

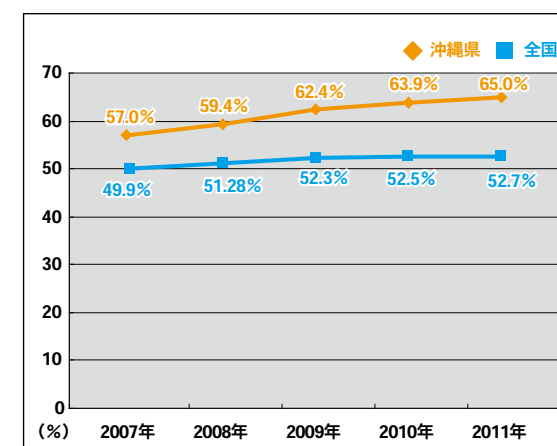
すが、20世紀の中ごろから高コレステロール血症、高血圧、糖尿病が冠動脈疾患の罹患率と高い相関があることが注目され、危険因子の概念が出現しました。近年は、内臓脂肪蓄積症候群、インスリン抵抗症候群など肥満との密接な関係が強調され、内臓肥満とインスリン抵抗性を中核とする metabolic syndrome（腹部肥満、高中性脂肪血症、低HDLコレステロール血症、高血圧、2型糖尿病）として整理されています。

## 長寿県沖縄を返上？

古いデータですが、人間ドック全国集計2001年によると、沖縄県は成人の肥満率が全国平均の約2倍（全国23%、沖縄43%）と報告されています。また、男性の平均寿命が全国26位に急落したのは2002年で、これまでの長寿の模範県を返上することに危機感が叫ばれてから10年が経過しましたが、一向に改善の兆しは見えてきません。それどころか、働き盛りの40～50代の比較的若年の男性の心大血管疾患の罹患率の上昇が危惧されています。

2012年8月1日付けの沖縄タイムス紙上に、『健診で異常65%全国最悪』という見出しが掲載されていました。事業所に義務付けられている定期健康診断で、何らかの異常が見つかった沖縄県内労働者の割合（有所見率）が2011年は過去最高の65%に上り、都道府県別で比較し始めた2006年以降、初めて全国最悪になった事が報告されています。全国平均の52.7%を12.3ポイント上回る結果に、沖縄労働局の川口秀人局長は「全国の数値は横ばいか下がり気味だが、沖縄は確実に悪化している」と記事の中で指摘しています。

### 職場における定期健康診断有所見率の推移



出典：厚生労働省 沖縄労働局  
平成23年の定期健康診断実施結果の状況より

## 再発の予防が重要

動脈硬化を背景に発症する心大血管疾患、心不全はこれまで専門科単独で治療されてきました。しかし、その結果再発を繰り返し、入退院を余儀なくされてきました。また、上で述べた疾患の背景となる肥満→メタボリック症候群は適切な対策がなければ今後さらに増えることが予測されており、健康問題のみならず医療経済・財政上もきわめて重要な問題であり、ひいては社会資源の消失にもつながると警告されています。このような観点から病気の予防（一次予防）に加えて再発予防（二次予防）の重要性が強調され、心大血管治療としての包括的心臓リハビリテーションが近年脚光を浴びてきました。

様々な問題を解決するために心臓リハビリテーションの必要性をまとめると以下のようになります。

### ①予防

カテーテル治療単独の人と、心臓リハビリテーションを併せて実施した人を比較すると、1年間で心疾患の再発や新規発症、脳卒中、心不全等を心臓リハビリテーション継続した人のほうが20%回避しています。

### ②寿命

心筋梗塞になると、心臓はダメージを受けて本来自分の生きる予定であった寿命より短くなると一般的にはいわれています。体力をつけて、運動に耐える力を高めることで、本来の自分の寿命に近付けてあげることができます。心臓の機能よりも、体力の方が寿命をよく反映しているといえます。

### ③経済効果

一般的に急性心筋梗塞で入院し、カテーテル治療を行った場合の入院費用は、全額負担で約220万円※1であるといわれています。よって、再発や新規に血管が詰まる事態を回避するために、予防に投資したほうが長い目で見た場合に良いと思われます。

※1 通常は3割の負担になりますが、加入している保険の種類や年齢によって負担は異なります。

## 心臓リハビリとは？

心臓リハビリテーションとは「医学的な評価、運動処方、冠危険因子の是正、教育およびカウンセリングからなる長期的で包括的なプログラム」のことです。「患者さんの心疾患に基づく身体的・精神的影響をできるだけ軽減し、突然死や再梗塞のリスクを是正し、症状を調整し、動脈硬化の過程を抑制あるいは逆転させ、心理的・社会的ならびに職業的な状況を改善することを目的とする」といわれています。日本循環器学会によると心臓リハビリテーションの効果は、運動耐容能、症状、心臓、冠危険因子、自律神経、予後など多項目について、証拠が十分であり、有効な治療法として確立しています。主なものは、運動療法による最高酸素摂取量の増加（15～25%）、生命予後の改善（全死亡20%、心血管死亡22%、致死的再梗塞25%とそれぞれ減少）などです。

心臓リハビリテーションには、運動療法のみならず、患者教育や食事療法、薬物療法、禁煙指導・訓練、心理相談、ストレス管理など、さ

まざまな要素を含みます。多職種がチームとなって多方面から患者さんやそのご家族に対して治療・支援する取り組みであり、医師のみならず、看護師、理学療法士、薬剤師、管理栄養士、検査技師が関わるチーム医療を必須とする分野です。連携を密にし職種間での情報の共有を図る必要があります。そのために定期的なミーティングや電子カルテを利用した情報の共有に努めております。

## 心臓リハビリは何を行う？

心臓リハビリテーションの流れについては下記の図を参照して下さい。

退院後も自己管理能力を確立していくことを目標としています。退院が困難な患者さんや、在宅サービス利用が必要と思われる患者さんには、情報提供やご家族との調整なども必要と考えています。

### 心臓リハビリテーションの流れ

対象となる患者さんの必要性に応じて医師によるリハビリ指示を行います。まずは、心臓リハビリテーション開始時、もしくは開始前に運動負荷試験を実施して、適切な運動強度を指示し、運動機能、全身状態を把握して運動プログラムを立案します。また、有酸素運動が困難であれば日常生活動作、基本動作の回復、再獲得を目標に実施します。

当日の体調を問診して、バイタルサインや直近の検査データなどを確認し状況を把握します。その後、ストレッチおよび自動運動など、関節運動を通してウォーミングアップを行います。

指示を受けた運動強度、運動時間、目標心拍にて運動を開始します。モニター管理を原則とし、異常時には直ちに中止し、緊急対応ができるように努めています。

ストレッチおよび自動運動など、関節運動を通してクールダウンします。能力向上に応じて運動の変更やステップアップを主治医と相談しながら進めます。また、運動療法と平行して、栄養指導、服薬指導、運動指導、生活指導、疾患の教育などの患者教育にも取り組んでいきます。

自動運動…器具などを使用せずに自分の意思と力で目的とする身体の部位を動かすことです。

## 心臓リハビリの安全性

心臓リハビリテーションの有効性については、すでに確立されているとはいえ安全に行われなければなりません。運動中の心停止は11万1,966人/hに1回、死亡リスクは、78万3,972人/hに1回と報告されています（Van Camp, SP, 1986）。一方、心突然死のリスクは、管理されていないジョギングなどの強い運動において、6万～6万5,000人/hに1回と高確率です。ちなみに健常者では、56万5,000人/hに1回といわれ、健常者の運動よりも安全であると言えます。

## おわりに

心臓リハビリテーションが有効かつ安全な心血管治療であることがお分かり頂けたでしょうか？今後、徐々に普及していくものと思われますが、これからの課題としてあげられることは、①急増する「慢性多疾患保有高齢心不全患者」や「冠危険因子多重保有若年心筋梗塞患者」への対応をどうするのか。②社会的認知度を向上させ外来心臓リハビリテーションへの参加率、継続率を高め、心臓リハビリテーションプログラムに対する患者満足度を高めることです。

多職種が関わる包括的心臓リハビリテーショ

ンがスムーズに運用され、質の高い医療サービスとして提供されていくためには、病院全体の理解と心臓リハビリテーションに従事するスタッフの不断の努力・工夫が必要になってくるものと思われます。

### 心臓リハビリテーションを安全に運営していくため、導入時に留意したリスク管理

- 1 リスク層別化に従った計画的な管理
- 2 潜在的なリスクを最小限にすること
- 3 除細動器、救急薬品などの整備と定期的点検
- 4 全スタッフの心蘇生法の教育と質の維持

心臓リハビリテーションはチーム医療を必須とする分野です。安全で効果的な心臓リハビリテーションを運営していくためには、定期的なミーティングや電子カルテを利用した、職種間での連携を密にする必要があります。



### 心臓リハビリテーション解説

ハートライフ病院  
外来診療部長 兼 救急総合診療部長

よざ はじめ  
與座 一

【プロフィール】

昭和58年に弘前大学医学部を卒業。同年、弘前大学医学部第二内科入局。昭和62年より青森県立中央病院循環器内科、平成元年より中部徳洲会病院などを経て、平成5年よりハートライフ病院に勤務。

心臓リハビリテーションは患者教育や食事療法、薬物療法など様々な要素を含むチーム医療です。医師をはじめ多職種が専門性を活かしリハビリテーションにあたりますが、今回はその中から理学療法士と看護師の役割について紹介します。

## 疾病の再発予防に努めていきます

文 理学療法士・呼吸療法認定士  
心臓リハビリテーション指導士  
主任 屋 宜 伸 春

心臓リハビリテーションは、弱くなった心機能の改善や二次予防を目的として行われており、全国的にも普及しつつあるリハビリテーションの一つです。運動療法を実施するにあたって、心電図による監視やスタッフによる血圧測定など、医学的な監視を通して安全なリハビリテーションを提供し、安心して運動ができる体制を準備いたしております。

心臓リハビリテーションは、医師の指示のもとに開始されます。まずは、リハビリテーション開始前に心肺運動負荷試験（CPX）を実施し、個人にあった運動の強さや時間、頻度を決定したうえで開始いたします。ストレッチなどの準備運動から始まり、

有酸素運動（自転車エルゴメーター、ウォーキングなど）を主運動として取り組み、整理体操、メディカルチェックを経て終了という流れになります。また、必要に応じて筋力強化運動や日常生活の動作練習なども取り入れていきます。

運動療法のみではなく、疾患教育、栄養指導、服薬指導および生活指導といったこれまでわかりにくかった点でも関係職種で協力し、患者さんへの理解を深め、疾病の再発予防に努めていくといった包括的な治療を心掛けていきます。

## 互いの専門性を活かしたチーム医療

文 看護師  
古 堅 美 保

心臓リハビリテーションの大きな柱は運動療法ですが、それだけではなく、まずは患者さんご自身が病気の状態をよく認識することが重要となります。また、身体面のリハビリテーションのほかにも生活面の相談や精神的なケアも重要で、“包括的心臓リハビリテーション”とも言われています。心臓リハビリテーションは患者さんを中心に、医師をはじめ、理学療法士、看護師、栄養士、薬剤師など多種多様な職種が協力し行うチーム医療です。

その中で、私たち看護師は患者さん一人一人の直接指導にあたり、患者さんご自身が病気の原因や症状・予防策について理解を深めることで、治療後の生活の質の向上と再発予防に働きかけていく役割を

担っております。患者さんの抱える問題点を見い出し、他の関係職種と連携を図ることで、個々にあったリハビリにつなげていくことを目標にしています。

また、入院時より慢性心不全看護認定看護師が関わることで、退院後も安心して治療（心臓リハビリテーションを含む）を受けることができ、かつ継続看護が提供できるよう取り組んでいます。

今後、私達医療スタッフ自身も学ばせて頂く姿勢で、互いの専門性を活かしたチーム医療を展開したいと思います。スタッフ一同、充実した心臓リハビリテーションを目指して取り組んでいきますので、よろしくお願い致します。

# ハートライフ病院 7階病棟に、 心臓リハビリ室を開設しました！



ハートライフ病院では、循環器疾患治療の質の向上に努めるべく、2012年7月1日付けで心臓リハビリテーション室としての認定を取得しました。心臓リハビリテーション室ではストレッチや有酸素運動を行って再発や再入院を予防し、快適で生き生きとした社会復帰を目標に心臓リハビリテーションに取り組んで参ります。



心肺運動負荷試験（CPX）

心臓リハビリテーションの前に、運動中の心臓の状態を把握し、どの程度の運動まで安全に行えるかを評価します。



自転車エルゴメーター

自転車エルゴメーターを使用した有酸素運動で持久力を養うトレーニングを行います。



患者教育

ハートライフ病院で制作したオリジナルのパンフレットを用いて患者教育も行っています。



内臓脂肪測定

内臓脂肪面積を安全で簡単・正確に算出する世界初のインピーダンス法による医療用内臓脂肪測定装置を導入しました。

中城湾を望む抜群のロケーションで運動を行えます。



# みんなでお手軽 エクササイズ

## ～座ってできるストレッチ～ PART2

監修  
理学療法士 長 嶺 敦 司  
モデル  
保 健 師 安次富 道 代

今回も引き続き、イスに座りながら出来るお手軽なストレッチです。特別な技術を必要とせず、自分のリズムで気軽に行える、心地よい刺激とリラクゼーションの方法です。●の部分の伸びを意識しましょう。

### 肩甲骨ほぐし ～前回し・後ろ回し～

●肘を曲げ、指先を鎖骨の下へ置き、肘で前または後ろに円を描くように回し、肩甲骨が動いているのを意識しましょう。



### ももの内側のストレッチ

●足を大きく開いて、ゆっくりと体重を前に掛けます。もものつけ根から内側にかけて伸びているのを感じましょう。



### 首周りのマッサージ

●肩甲骨の上部、もしくは凝っている部位を指で押さえ、押さえている指は動かさずに、反対の腕を肘で円を描くように動かしましょう。



### ももの付け根のストレッチ

●体を横向きにして、伸ばしたい足を後ろへ伸ばし、おへそを前に出すように上体を起こしましょう。腰を反らしすぎないように注意して下さい。



【注意事項】 安全に運動が行えるよう、下記の事項にご注意下さい。  
①無理をせず、呼吸を止めずに行ってください。 ②動きは焦らずゆっくりと、意識しながら行いましょう。  
【中止事項】 下記に該当する方は、運動を行う前に医師にご相談下さい。  
①息切れ、胸痛、動悸、めまい、冷や汗、関節の痛みなどがある方。 ②不整脈、高血圧や心疾患を有する方、その他医師から運動禁止の指示が出ておられる方。 ③その他、体の不調などを感じたら運動を中止して医師に相談しましょう。



おいしい！  
旬レシピ

## ohana 特製 スイートポテト

1人当たり 280kcal

■監修■  
管理栄養士 新 垣 優 子  
■調理■  
調理師 瑞慶覧 瞬

さつまいもは9月～11月が収穫の時期。「いーしゃーきいもー♪」と聞こえる季節になりましたね。今回は秋にぴったりのスイートポテトを紹介します。

#### ●材料（三人前）●

さつまいも……………2本  
砂糖……………35g  
卵黄……………1個  
卵黄(上塗り用)…1個  
生クリーム…1/4カップ  
バニラオイル…少々  
はちみつ……………5g

#### ●作り方●

- ①さつまいもを洗ってラップで巻き、電子レンジ(600W)で12～15分加熱します。
- ②①をたて半分に切り、中身をスプーンでかきだしボウルに入れます。残った皮は器に使用しましょう。
- ③かきだした中身をフォークで熱いうちに潰し、砂糖、卵黄1コ分、生クリーム、バニラオイルを順に加え、その都度よく混ぜ合わせます。
- ④皮の器に③を詰めます。上塗り用の卵黄にお水を小さじ1杯加え、はけで表面にぬり広げます。
- ⑤170～180℃に温めたオーブンで20～25分、焼き色がつくまで焼いたら、はちみつを上塗りして出来上がり！

#### さつまいもの栄養について

さつまいもは食物繊維が豊富で便秘解消には最適です。また、豊富に含まれているビタミンCはデンプンに守られていて加熱による損失が少ないと言われています。季節変わりの風邪予防にもいいですね。

ヘルシーカフェ ohana の営業時間が変更になりました。お客様にはご不便をおかけすることとなりますが、何卒ご理解ご了承下さい。今後とも愛顧賜りますようお願い申し上げます。

7:00～16:30(変更前) → 8:30～14:20(変更後)

沖縄県内初導入!

# 世界最小画素サイズのマンモグラフィ装置を導入しました!



放射線技師：新垣 弘扇

## 乳がん検診を受けていますか?

乳がんは女性にできるがんの中で最も多く、年間50,000人が乳がんになり、年間約10,000人が乳がんのために亡くなっています。日本では30歳代から増え始め、40歳代後半で罹患率（発生率）が最も高く、今や18人に1人と年々増加傾向にあります。

しかし、乳がん罹患患者数は年々増加していますが、

死亡者数は罹患患者数に比例していません。これは乳がんを早期に発見できれば、約90%と高い確率で治せる病気とされているためであり、検診による早期発見で死亡者数を低下させることが十分可能です。乳がん検診が果たす役割は大きいのです。

## 世界最小画素サイズのマンモグラフィ装置を導入しました

ハートライフ病院の予防医学センターに富士フィルム社製で世界最小（2011.9現在）画素サイズ50μmの直接型FPD（フラットパネルディテクタ）を搭載したデジタルマンモグラフィ装置を導入しました。微細石灰化の形状が鮮明に描出でき高精細な画像が提供できるため早期乳がんの発見に貢献できると思います。

以前は1階にマンモグラフィ装置があり、一般外来と併用で検査を行っていたため、待ち時間や移動

などで受診なさる方にご迷惑をお掛けしておりましたが、予防医学センター専用としてマンモグラフィ装置を導入することにより、移動する手間の解消や待ち時間の短縮になり、スムーズな検診が可能となりました。また、検査は女性技師が担当しており、ご利用の皆様にはリラックスした状態で検査を受けて頂けるよう心がけています。1年に1回は乳がん検診を受けましょう!



■予防医学センターのマンモグラフィ室  
明るい室内で女性技師が検査を行います。



■マンモグラフィ画像  
微細石灰化の形状が鮮明に描出できるため、早期乳がんの発見に貢献できます。

## マンモグラフィ検査を受けられない方

■安全のため、次の方は予防医学センターでのマンモグラフィ検査をお断りしています。乳腺外科外来での受診をお願いします。

- 豊胸術後の方（圧迫のためバックを破損する可能性があります）
- ペースメーカを装着している方（機械の位置がずれたり破損する可能性があります）
- 水頭症シャント術後の方（圧迫時にチューブを破損する可能性があります）

■次の方は予防医学センターでのマンモグラフィ検査を予約していても、早めに乳腺外科外来の受診をお勧めします。

- 乳房・わきの下にしこり（グリグリ）がある方
- 乳房にひきつれ、くぼみがある方
- 乳頭から分泌物がでる方
- 乳頭に陥没やただれ、変形がある方



## 職員のための病児保育室ができました

文：看護部長 西銘 宣子

去る8月1日、かりゆし会職員を対象とした病児保育室がハートライフクリニック内にオープンしました。

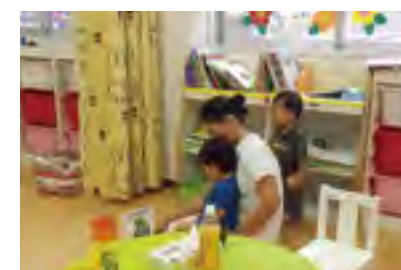
かりゆし会が運営するハートライフ病院とハートライフクリニックには、800名ほ

どの職員がおり女性の多い職場なので子育てを支援する体制として、かねてからの念願でした。保育士さんとハートライフクリニックの小児科スタッフがお世話します。

“働くママ、パパがんばれ！安心して預けてもらえるようがんばります”(保育士)



●病児保育室開所式の様子



●病児保育の様子

## 認定看護師の紹介

認定看護師とは、ある特定の看護分野において熟練した看護技術と知識に基づいて、水準の高い看護が実践できる看護師をいいます。「実践」「指導」「相談」の3つの役割を果たすことにより看護ケアの広がりや質の向上を図ることに貢献しています。



感染管理認定看護師  
宮城 美那さん

今回は「感染管理認定看護師」を紹介いたします。主な役割は、病院などの医療機関で患者さんや医療従事者の感染予防の徹底や感染防止に努め、感染管理を主体に実践するスペシャリストです。

業務内容は院内感染の調査や監視、感染防止マニュアルの作成や整備、感染の情報提供や職員教育・指導など多岐にわたります。

また、医師や看護師、薬剤師などの関係職種を交えて感染対策委員会を構成し、各部門で発生している問題点の把握や共有などを行い感染予防を徹底し、安全な職場環境の構築と安心・安全な医療の提供に努めています。

ハートライフ病院では、認定看護師取得のサポートを行っています。今後も、看護師のスキルアップを図り、より質の高い安心・安全な医療を提供できるよう努めて参ります。

# こんにちは 患者相談 窓口です

このコーナーでは、日頃の受診に関する疑問に医療ソーシャルワーカーがお答えします。

## こども医療費助成制度

医療ソーシャルワーカー 桑 江 幸 子

お子さんの医療費助成の申請はお済みですか？  
平成24年10月1日から「こども医療費助成制度」の内容が一部変更になった市町村があります。

### こども医療費助成制度ってどんなもの？

お子さんの病気やケガでかかった医療費のうち、自己負担分を各市町村が助成する制度です。  
制度の名称や対象年齢などは、それぞれの市町村で異なります（下記の表をご参照ください）。

#### ■ どのような人が受けられるの？

社会保険・国民健康保険に加入しているお子さんの保護者が対象となっています。

#### ■ 医療費助成を受けるためにはどうしたらいいの？

医療費助成を受けるには、各市町村役場で申請をする必要があります。

【申請場所】各市町村役場

【必要なもの】① 受給資格証 ② 健康保険証 ③ 印鑑（認印でも可） ④ 病院からの領収書

【受給者資格証作成に必要なもの】 ● お子さんの保険証 ● 印鑑 ● 保護者名義の通帳 など

### ハートライフ病院・ハートライフクリニック近隣の市町村における実施状況

| 市町村  | 対象年齢  |        | 所得制限 | 3歳児の外来通院<br>一部負担金<br>医療機関ごと1000円/月 | 入院時<br>食事療養費   | 給付方法               |
|------|-------|--------|------|------------------------------------|----------------|--------------------|
|      | 外来    | 入院     |      |                                    |                |                    |
| 中城村  | 就学前まで | 中学卒業まで | なし   | あり（3歳～就学前）                         | ×対象外           | 償還払い※ <sup>1</sup> |
| 北中城村 | 3歳まで  | 中学卒業まで | なし   | あり                                 | ○対象            | 償還払い               |
| 宜野湾市 | 4歳まで  | 中学卒業まで | なし   | なし                                 | ×対象外           | 自動償還※ <sup>2</sup> |
| 沖縄市  | 4歳まで  | 中学卒業まで | なし   | なし                                 | ○対象            | 償還払い               |
| 西原町  | 3歳まで  | 中学卒業まで | なし   | あり                                 | ×対象外           | 償還払い               |
| 与那原町 | 3歳まで  | 高校卒業まで | なし   | あり                                 | ○対象<br>（就学前まで） | 償還払い               |
| 南風原町 | 3歳まで  | 中学卒業まで | なし   | あり                                 | △1/2対象         | 償還払い               |
| 南城市  | 就学前まで | 中学卒業まで | なし   | あり（3歳～就学前）                         | ×対象外           | 償還払い               |
| 那覇市  | 3歳まで  | 中学卒業まで | なし   | あり                                 | ×対象外           | 償還払い               |
| 浦添市  | 3歳まで  | 中学卒業まで | なし   | あり                                 | ×対象外           | 自動償還               |

※<sup>1</sup>償還払い：受診後に医療費をいったん病院で支払い、領収書等を役場へ提出し手続きを行ったあと、指定された口座へ助成金が振り込まれます。  
※<sup>2</sup>自動償還：受給資格者証を病院の窓口で提示し、受診後は医療費をいったん病院に支払います。後日、指定された口座へ助成金が振り込まれます。

◎診療月の翌月から1年以内に申請してください。  
◎各市町村により所得制限が異なります。役場の窓口でご確認ください。

ご利用方法やその他サービス内容など、詳しくは各市町村役場の窓口、または当院患者相談窓口までお問い合わせください。  
また、診療や費用などについてもお困りのことがありましたら、本館1階⑩番の患者相談窓口まで、お気軽にご相談下さい。

連携診療所紹介 2012年9月21日現在、ハートライフ病院は301件の診療所と連携しています。

## しみず胃腸内科21

【住所】浦添市宮城6丁目1番15号 浦添メディカルプラザ3F  
【TEL】098-879-0021 【FAX】098-879-0071  
【URL】http://www.shimizunaika21.com/

### 診療 内容

内科のご相談はもちろん、胃腸や肝臓の調子がすぐれない方のご相談も受け付けております。



院長 清水 健(しみず たけし)先生

しみず内科胃腸科21は、浦添市伊祖にて地域に根ざした診療を行ってまいりましたが、このたび医院名を「しみず胃腸内科21」へ変更し、平成24年9月に浦添市宮城の浦添メディカルプラザ3Fに移転いたしました。

以前は6台程度の駐車スペースしかありませんでしたが、現在は2施設で40台の駐車スペースをご用意しており、患者さんが通院しやすいように配慮しております。また、内視鏡検査室を2部屋設置し、内視鏡も最新機器を導入しました。

移転後も3つの理念、①患者さん一人一人に合わせたオーダーメイドの診療、②21時まで診療し、仕事帰りや夜に具合が悪くなった患者さんに対応、③消化器内科の

専門性を特化した診療（経鼻内視鏡検査や大腸内視鏡検査等）をこころがけて、地域のかかりつけ医をめざしてまいります。



●移転先の外観



●院内の様子

### ■しみず胃腸内科21■

【診療内容】内科のご相談はもちろん、胃腸や肝臓の調子がすぐれない方のご相談も受け付けております。また、多忙な皆様のお役に立つ為に、夜間21時まで診察しております。

【住所】浦添市宮城6丁目1番15号 浦添メディカルプラザ3F  
【電話】098-879-0021 【FAX】098-879-0071  
【URL】http://www.shimizunaika21.com/

| 受付時間        | 月 | 火 | 水  | 木 | 金 | 土      |
|-------------|---|---|----|---|---|--------|
| 10:00～12:00 | ○ | ○ | 休診 | ○ | ○ | ○      |
| 14:00～17:00 | ○ | ○ | 休診 | ○ | ○ | 16:30迄 |
| 18:30～20:30 | ○ | ○ | 休診 | ○ | ○ | 休診     |

休診日：水曜日、日曜日、祝祭日

## 地域医療連携室 ～開放型病院・開放病床のおはなし～

**開放型病院・開放型病床とは、当院と連携頂いている先生が入院を必要と判断した患者さんがいる場合に自由に利用できる病床のことです。当院は開放病床として22床を提供しています。**

ハートライフ病院の医師と患者さんのかかりつけ医が共同で診療を行うことにより、患者さんは当院での診療から退院後のかかりつけ医による診療と一貫した継続診療が受けられ、入院中も普段から受診している先生の顔を見ることができ安心につながります。

医療は、患者さんを中心に身近な地域で提供されることが望ましいとの考えから、当院の設備（ベッドや検査機器など）を地域の先生方に自由に使って頂けるよう開放し、協力して患者さんの継続した病気の治療と健康維持を目指しています。

## News かりゆし会からのお知らせです。

### 新生児室をリニューアルしました！

#### ハートライフ病院

平成 24 年 7 月に新生児室・沐浴室をリニューアルしました。新生児室は「クマのプーさん」の壁紙を使用した内装にリニューアルして明るい雰囲気一新し、沐浴室も照明やエアコンの配置を工夫して、冷房効率がより良く、お風呂上がりの赤ちゃんに直接エアコンの冷風が当たる事が無いように設計されています。これからもよりいっそう快適で、母子共に安全・安楽な入院生活が送れるようになりました。



### 救急医療功労者厚生労働大臣表彰 受賞のお知らせ

#### ハートライフ病院

この度、ハートライフ病院が平成 24 年度「救急医療功労者厚生労働大臣表彰」を受賞いたしました。長年にわたり地域の救急医療の確保、救急医療対策の推進に貢献した団体や個人を対象として、都道府県知事の推薦のもとに、厚生労働大臣が表彰するものです。ハートライフ病院は早くから救急告示医療機関等として救急患者の受入に貢献してきた事が受賞の理由となりました。これからも、「笑顔で親切、ハートライフ病院」、「救急車は断りません」をスローガンに地域医療に貢献して参りますので、今後ともよろしくお願いいたします。

### インフルエンザ予防接種を行っています。

#### ハートライフクリニック・ハートライフ病院

ハートライフクリニックでは、高齢者・成人の方を対象としたインフルエンザワクチン接種を行っております。ご希望の方はハートライフクリニック総合受付までお申し付け下さい。なお、小児（中学3年生まで）の方のインフルエンザワクチン接種は予約制にてハートライフ病院で行っております。詳しくは下記よりお問い合わせ下さい。

【高齢者・成人】  
ハートライフクリニック  
TEL 098-882-0810

【小児(予約制)】  
ハートライフ病院  
TEL 098-895-3255

### ハートライフクリニックで 特定健診が受けられます。

#### ハートライフクリニック

ハートライフクリニックでは、平成 24 年 10 月 17 日（水）より特定健診を開始致します。お電話にてご予約頂くか、当日受付にてお申し出下さい。

ハートライフクリニック  
TEL 098-882-0810

### 自動精算機・自動受付機導入のご案内

#### ハートライフ病院

ハートライフ病院では、平成 24 年 10 月 18 日より自動精算機及び自動受付機を導入いたします。なお、受付及び会計の際に診察券が必要になりますので、診察券は必ずご持参頂きますようお願い致します。

操作方法については、  
お近くのスタッフ、総合受付までお問い合わせ下さい。

## 扉絵作者紹介

今回の扉絵はあがペエ子供造型教室の <sup>みずの</sup> 水野 <sup>こころな</sup> 心月さんの作品です。

### 「海の中の音楽隊」

この 3 びきのタツノオトシゴは、いつもいっしょにホウ貝をふいている仲良し三兄弟です。今日も静かな海の中でえんそうをしているところを絵に描きました。

私はまわりにいろんな色のまるを描いて、音楽をかなでているかんにしました。

作品提供：あがペエ子供造型教室 (098)856-8643



# 社会医療法人かりゆし会の理念

わたしたちは心と心をつなぐ  
信頼される医療を目指します

## ハートライフ病院について

### 基本方針

1. 急性期医療（質の高いチーム医療）
2. 地域完結型医療（地域保健・医療・福祉施設との連携）
3. 救急医療（24時間二次救急）
4. がんの予防と治療
5. 研修教育病院
6. 健全な医療経営
7. 笑顔で親切

### 診療科目

- 内科 ●呼吸器内科 ●消化器内科（胃腸） ●循環器内科 ●予防医学センター
- 血液内科 ●小児科 ●外科 ●整形外科 ●人間ドック（宿泊・半日） □特定健診
- 形成外科 ●脳神経外科 ●泌尿器科 ●産婦人科 ●糖尿病センター（糖尿病内科入院部門）
- 大腸・肛門外科 ●耳鼻咽喉科 ●リハビリテーション科 ●放射線科 ●内視鏡センター
- 麻酔科 ●心療内科 ●皮膚科 ●眼科 ●無菌治療センター
- 血液浄化部（人工透析など）

### 外来診療

#### 受付時間

月～金 8:00～11:30  
12:00～16:30  
土 8:00～11:30

#### 診療時間

9:00～12:00  
14:00～17:00  
9:00～12:00

#### 24時間救急

※左記以外の時間は救急扱いとなります。  
※診療時間は科によって変更される場合があります。  
※心療内科は外来のみです。入院治療・救急対応は行っておりません。

土曜日の午後・日曜日・祝日は休診

|                   |                       |                  |                     |
|-------------------|-----------------------|------------------|---------------------|
| 地域医療支援病院          | 病床数300床 無料療養 177床 55床 | 開放病床22床・医療機器共同利用 | 非血縁者間骨髄採取施設・移植診療科施設 |
| 日本医療機能評価機構 一般病院認定 | 医師卒後臨床研修指定病院          | 卒後臨床研修評価機構 認定病院  | 日本がん治療認定医機構 認定研修施設  |

## ハートライフクリニックについて

### 基本方針

1. 生活習慣病の自立支援
2. 小児プライマリー（初期）医療
3. 地域循環型医療（かかりつけ医との連携）
4. 生活習慣病改善の指導で健康長寿を目指す
5. 研修教育クリニック（地域の医療関係者を含めて）
6. 健全な医療経営
7. 笑顔で親切

### 診療科目

- 糖尿病内科 ●内科 ●小児科
- （糖尿病センター外来部門）

### 外来診療

#### 受付時間

月～金 8:00～11:30  
13:00～16:30

#### 診療時間

9:00～12:00  
14:00～17:30

※診療時間は科によって変更される場合があります。

土曜日・日曜日・祝日は休診

### 付属施設

- 疾病予防運動施設 Ryuew-ZA（リユーザ）

#### 営業時間

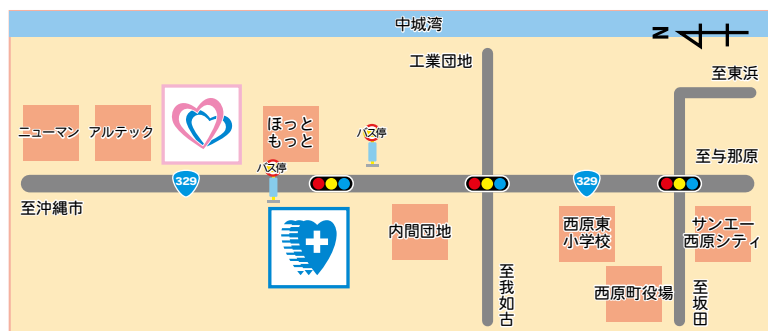
午前 9:00～12:00  
午後 14:00～17:30  
土曜日・日曜日・祝祭日は休み

※ Ryuew-ZA（リユーザ）での運動指導には医師による処方箋が必要となります。

- ヘルシーカフェ ohana（オハナ）

#### 営業時間

月～金 8:30～14:20  
土曜日・日曜日・祝祭日は休み



社会医療法人かりゆし会

ハートライフ病院

〒901-2492 沖縄県中頭郡中城村字伊集208番地  
TEL (098)895-3255(代) FAX (098)895-2534  
ホームページ <http://www.heartlife.or.jp/hospital/>



社会医療法人かりゆし会

ハートライフクリニック

〒903-0101 沖縄県中頭郡西原町字掛保久288番地  
TEL (098)882-0810(代) FAX (098)882-0820  
ホームページ <http://www.heartlife.or.jp/clinic/>