

社会医療法人かりゆし会の広報誌

2016 No.87

秋号

無料 / TAKE FREE

ご自由にお持ち帰り下さい

あすなる

■特集■

大腸がんで死なないために ～予防と早期発見が大切～



タイトル 『大きなキラキラした目のペンギン』
絵画の詳細情報は9ページへ！



大腸がんで死なないために ～予防と早期発見が大切～

過去のものとなった 「長寿県沖縄」

「330ショック」という言葉をご存知でしょうか？国道330号線で大変なことがあったわけではありません。沖縄県の医療関係者ではよく知られた言葉です。昭和50年以降、5年毎に全国調査が行わ

図1 沖縄県の平均寿命順位の推移

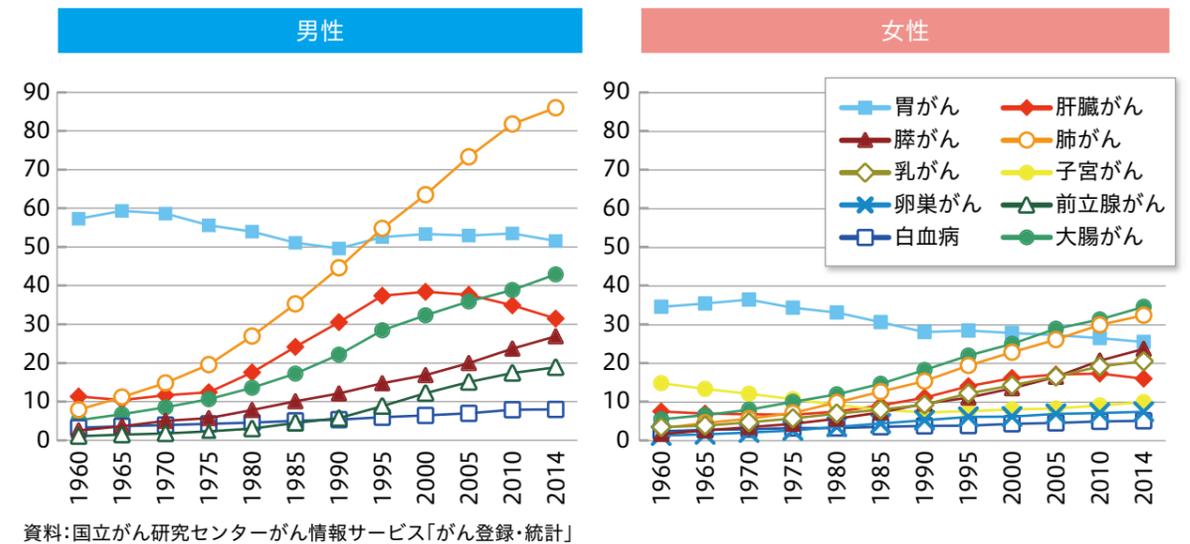
	女性	男性
昭和50年	1位	10位
昭和55年	1位	2位
昭和60年	1位	1位
平成2年	1位	5位
平成7年	1位	4位
平成12年	1位	26位
平成17年	1位	25位
平成22年	3位	30位

れ、都道府県男女別の平均寿命が公表されています（図1）。それによると、沖縄県の順位ではこれまで男性が10位以内に位置していたものが平成12年に26位に低下し、平成22年には30位となりました。女性もずっと1位を保ってきましたが平成22年にはついに3位に陥落してしまいました。この平成22年のデータの女性3位、男性30位の数字を合わせて、「330ショック」と表現したのです。長寿県沖縄という栄光は完全に過去のものとなっただけでなく、今後はさらに悪化するという予測もあります。

およそ5倍に増えた 「大腸がん」

長寿を妨げる病気の代表格が「がん」です。がんは様々な臓器に発生しますが、そのがんの種類別の死亡率の推移が次ページ

図2 主な部位別がん死亡率の推移(人口10万人対)



の上の図（図2）です。男性では肺がんが1位で胃がんが2位、大腸がんが3位と続きます。女性では大腸がんが1位で肺がん、胃がんと続きます。大腸がんの患者は男女ともにどんどん増えてきていて、この30年間でおよそ5倍になっています。男性でも近い将来、罹患率（病気にかかる割合）は1位になると推測されています。

がんになりやすくする 因子と予防する因子

今年の2月に新聞等で、沖縄県の大腸がんの死亡率がとても悪いと報じられました。47都道府県中、男性が下から2番目で女性は最下位という我々専門医にとっても大変ショックなデータでした。どうしてこんな状況に陥ってしまったのでしょうか。その答えを導き出すために大腸がんの原因について考えてみたいと思います。一般的な「がん」の発生には加齢（年をとること）、遺伝が深く関わっており、これは個々の力

ではどうすることもできません。ただ、個々の生活習慣を改善することで予防することもある程度は可能です。大腸がんの危険を高める因子として、確実なものとしては赤身肉、加工肉、飲酒、肥満が挙げられており、逆に予防となる因子が身体活動（適度な運動）、食物繊維の摂取が挙げられています（図3）。車社会の沖縄では運動不足から肥満の増加^{※1}、食生活はアメリカナイズされ、ファストフードや油物（あじくう

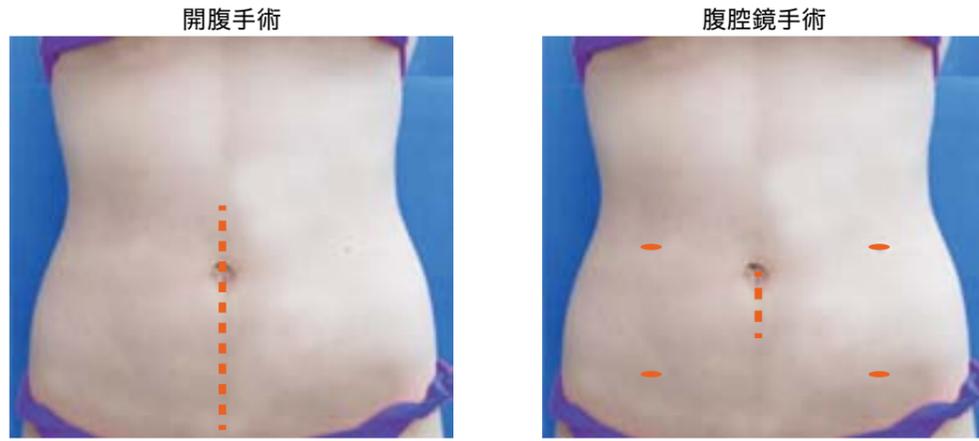
図3 生活習慣と大腸がん

	制御因子 (予防するもの)	促進因子 (がんになりやすくなるもの)
確実な因子	身体活動 (適度な運動)	赤身肉 加工肉 飲酒(男性) 肥満(内臓脂肪型肥満)
ほぼ確実な因子	食物繊維	飲酒(女性)

たあー)が好物。まさに「大腸がんになりますよ」という悪い環境に囲まれているのです。さらには大腸がんの検診の受診率

※1 沖縄県は男女とも肥満の人の割合がダントツ一位です。

図4 開腹手術と腹腔鏡手術の傷の比較



が低いことで、早期発見も困難となっています。

検診で精密検査が必要となった場合は、大腸カメラをすることが多いのですが、過去に大腸カメラで辛い思いをしたことがある方には朗報があります。最近のCT検査の進歩で、大腸カメラの代わりに最新のCT検査で大腸腫瘍やポリープの有無が判断できるようになりました（当院でもできます）。

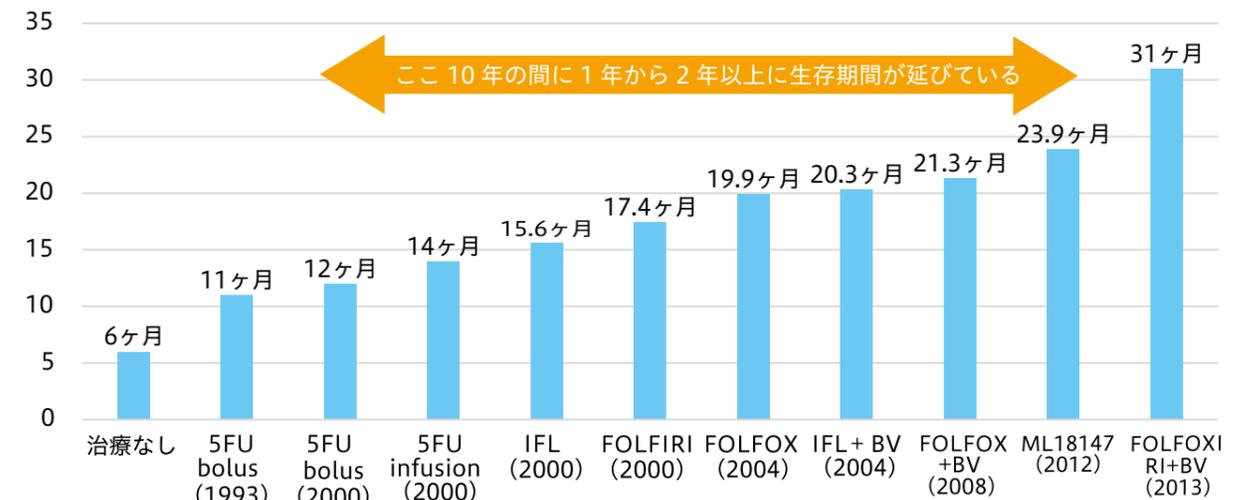
傷が小さく体に負担の少ない腹腔鏡手術

大腸がんは進行度が0期から4期まであり、早期である0期や1期では90%以上が治り、種々のがんの中で完治しやすいがんといえます。これが進行して4期になると20%以下しか治りません。すべての病気にいえることですが、早期発見がとても重要なのです。腹痛や腹部のしこり、便秘異常、血便などが大腸がんの症状ですが、早期では無症状です。そのような

症状が出る前に検診を受けて、早期発見することで完治の可能性が高まるだけでなく、0期で発見されれば、ほとんどの患者さんで大腸カメラで治療することが可能であり、おなかを切らずに治せます。仮に1期以上の大腸がんの場合でも、^{ふくくうきょうしゆじゆつ}腹腔鏡手術で切除ができるようになりました。腹腔鏡手術（図4）は以前からある開腹手術と比べ、傷が小さく体に負担の少ない手術として急速に広まっています。ただし、最近の研究ではリンパ節転移の多い場合やひどい肥満の患者さんでは腹腔鏡手術は開腹手術より成績が悪いといわれており、手術が必要となった場合は担当の医師とよく相談してください。

前に述べたような健康的な生活習慣を守っていても大腸がんになる人はいます。それでも早期に発見すれば治る可能性が高くなるのです。タイトルを「がんにならないために」ではなく「死なないために」としたのは予防はもちろん大事ですが、それ以上に検診を受けて早期発見で治すことがもっと大事だと考えたからです。

図5 手術ができない4期の大腸がん患者に対する抗がん剤治療の生存期間



※横軸は抗がん剤治療の種類や方法を示しています。

進歩を遂げる 化学療法(抗がん剤治療)

ここ数年、病院を受診した時点で4期と診断され、完治が困難な患者さんが増えています。たとえ4期と診断され手術ができない場合でも、近年の化学療法（抗がん剤治療）の進歩は目覚ましいものがあります。私が医師になった20数年前は手術ができない4期の大腸がんの寿命は8ヶ月程度でした。それが新しい抗がん剤治療では分子標的薬という特殊な薬剤を組み合わせることで最近では30ヶ月まで寿命が延びてきています（図5）。

早期発見と早期治療を

医療は日進月歩で進化しており、診断のための検査をはじめ、大腸カメラによる治療、腹腔鏡による体に負担の少ない手術、抗がん剤治療とこの20年の間に隔世の感があります。

私の伝えたいことを繰り返します。食事や運動を含めた生活習慣の改善によって肥満になる事を防ぎ大腸がんを予防をしましょう。もっと強調したいのは早期発見することで大腸がんになったとしても早期治療で治してしまいましょう。沖縄県民みんなが長寿県を取り戻そうではありませんか。

解説 ハートライフ病院 外科部長 宮平 工 (みやひら たくみ)

【プロフィール】

広島大学医学部を卒業後、琉球大学医学部附属病院で初期臨床研修を修了。その後、ハートライフ病院や沖縄協同病院、国立長崎中央病院や浦添総合病院、国立療養所沖縄病院で臨床経験を積み、平成17年にハートライフ病院に入職。平成26年には外科部長に就任し現在に至る。

胃がんや大腸がんに対する手術治療や抗がん剤治療、各種消化器疾患に対する腹腔鏡手術を得意としている。

【学会認定】

日本外科学会指導医、日本消化器外科学会指導医、日本消化器外科学会消化器がん外科治療認定医、日本内視鏡外科学会技術認定医、日本内視鏡外科学会評議員、日本消化器病学会指導医、日本消化器内視鏡学会専門医、日本がん治療認定医機構がん治療認定医、日本がん治療認定医機構暫定教育医など



予防医学センター 人間ドック 通信

人間ドック・健康診断・特定健診って何が違うの？

生活習慣病に着目した 「特定健診」

文 保健師 呉屋 みなみ(ごや みなみ)

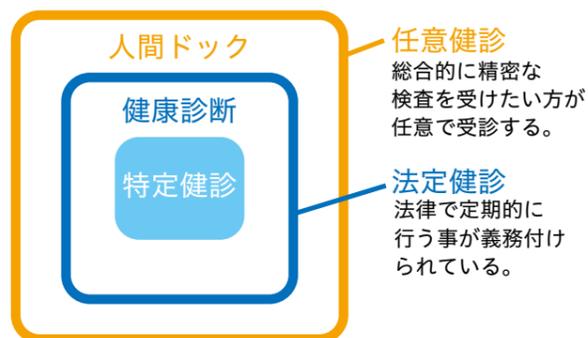
特定健診はメタボ等の生活習慣病に着目した健診で、身体測定や血液検査が中心になります。対象は40歳から74歳の方で国民健康保険、協会けんぽ、その他健保組合などの医療保険者が加入者(被保険者・被扶養者)に対し実施しています。つまり、医療保険証を給付している団体がこの健診の責任者になります。75歳以上の方には、各都道府県に設置されている「後期高齢者医療広域連合」が健診を実施しています。それぞれの責任者から、対象者に受診券が届きます。詳しくは、その受診券をご確認ください。

特定健診は、生活習慣病のための健診なので、がん検診は別で受けなければいけません。がん検診は、お住いの市町村が提供しています。年齢制限や受診できる医療機関については、お住いの市町村にご確認ください。

法律で義務づけられた 「健康診断」

健康診断は、1年毎に1回以上、法律で定期的に行う事が義務付けられているものです。職場やお住いの自治体・学校などが定期的実施しており、大まかに健康状態を調べるものです。病気の特定期まではできませんが、病気の早期発見の手掛かりになります。詳細については、それぞれの責任者(事業主・市町村)にご確認ください。なお、この健診を受ける40～74歳の方は、特定健診の項目が含まれていることから、別途特定健診を受ける必要はありません。

任意健診と法定健診



総合的に精密な検査が 受けられる「人間ドック」

人間ドックは、より総合的に精密な検査を受けたい方が任意で受診します。特定健診や健康診断に比べて検査項目が多く専門的なのが特徴です。そのため、費用が高額になってしまいますが、ご加入の医療保険(国民健康保険、協会けんぽ、その他健保組合)によって補助金がもらえる場合があります。また医療保険によって、検査項目・補助金額・年齢制限、ドックを受けられる医療機関などが異なります。詳細は、各医療保険者にお問い合わせください。

特定健診・健康診断・人間ドックは、病気の早期発見・早期治療、生活習慣病の予防といった目的は一緒ですが、検査内容がそれぞれ違います。年齢、目的に合わせてうまく活用しましょう。

ハートライフ病院 看護部便り

部署紹介リレー vol.7 「予防医学センター」

文 予防医学センター
桃原 勝美(とうばる かつみ)



予防医学センターの
スタッフのみなさん

予防医学センターはハートライフ病院の8階と9階にあり、1日に約60人の方に人間ドックや特定健診、健康診断を受診していただいています。

健診を受けていただく方に対し、「安心して心地よく検査を受けていただく事」、「安全に精度の高い検査を受けていただく事」、「検査結果を生活習慣の改善に役立てていただく事」が出来るよう日々業務を行っています。

これらがしっかり出来ている事を審査し

保障する制度が、人間ドック機能評価制度で、当施設はその認定施設です。今年度の審査評価の中では、特に人間ドック受診者に対し、保健師・管理栄養士による健康相談を全員に実施し、健診結果を活かした生活習慣病予防に対する健康支援に力を入れている事が高い評価を得ています。

今後も、受診者の皆様にとって親切・丁寧な接遇と、質の高い信頼される健診・健康支援に努めて参ります。

News かりゆし会からののお知らせです。

ハートライフ病院

新入職医師のお知らせ

平成 28 年 10 月 1 日より、ハートライフ病院の形成外科で勤めることになりました栗原 沙織（くりはら さおり）と申します。笑顔で親切を合言葉に健康維持・治療に最善を尽くしますのでどうぞ宜しくお願い致します。



くりはら さおり
栗原 沙織

ハートライフ病院

「食堂とまと」営業時間短縮のお知らせ

ハートライフ病院内で営業している「食堂とまと」は、都合により当分のあいだ営業時間を短縮して営業いたします。お客様には大変ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解の程よろしくお願ひ申し上げます。なお、食堂とまとの営業時間外に軽食またはお弁当をお求めのお客様は「売店ハートストア」をご利用下さい。

【食堂とまと 短縮営業時間】11時30分～14時00分

【売店ハートストア 営業時間】平日7時30分～19時30分 土・日・祝祭日7:30～18:30

かりゆし会

本誌のアンケートにお答えいただくと抽選で商品券を進呈します！

広報誌あすなるでは試験的に読者アンケートを開始致しました。これは、アンケートによる調査結果で読者のニーズを把握し、適切な情報提供や広報誌の紙面構成の参考等、今後の広報活動に活かしていく為のものです。注意事項をよくご確認のうえ、必要事項を記入しハガキを投函（切手不要）して頂くと、抽選で5名様に1,000円分の商品券を進呈致します。ぜひご協力をお願い致します。なお、当選は発送をもってかえさせていただきます。また、プレゼントの応募は各号お1人さま1回に限り有効です。

※お寄せ頂いた情報は経過報告等のために個人を特定できない形で公開する事があります。



ハートライフクリニック内で営業しているヘルシーカフェ ohana(オハナ)は管理栄養士がプロデュースするカフェです。モーニング、ランチ、塩分控えめなお弁当やおダブルもご用意致します。

営業時間 8:30～15:00(L.O 14:30) 電話 098-882-0087

住所 沖縄県中頭郡西原町字掛保久 288 番地(ハートライフクリニック 2 階)

ブログ https://www.heartlife.or.jp/blog_ohana/

絵作者紹介

「大きなキラキラした目のペンギン」

今回の扉絵は石嶺小学校 2年 玉城 慶悟 (たましろ けいご) さんの作品です。

このペンギンは、ふしぎなもようをしています。目は大きくて丸く、キラキラして、やさしいひかりを出して、さかなをまもっています。あたまやからだは、いろいろな大きさの、うずまきやほしのもようにしました。こんなペンギンは、せかいに一ぴきしかいません。

作品提供：あがペエ子供造型教室 ☎(098)856-8643





食欲の秋！適塩レシピ！ サケのハンバーグ

栄養価(一人前あたり)	
カロリー	187kcal
炭水化物	8.5g
たんぱく質	21.2g
脂質	8.7g
塩分	0.8g

●材料(5人前)●

- サケ切り身(骨なし) ……400g
- たまねぎ ……75g
- しいたけ ……25g
- (A) パン粉 ……12.5g
- 牛乳 ……25g
- 卵 ……25g
- (A) — 胡椒 ……少々
- 油(炒める用) ……20g
- (B) 醤油 ……15g
- みりん ……10g
- 鰹だし ……150cc
- 片栗粉 ……適宜
- ブロッコリー ……150g
- ミニトマト ……100g

●作り方●

- ①サケは皮を取り、包丁で細くなるまでたたきます。
- ②たまねぎとしいたけはみじん切りにして、5g程度の油で炒め、あら熱をとっておきます。※しいたけはしめじでも代用可
- ③ボウルに①と②、Aの材料を入れ良く混ぜ合わせ8等分にし楕円形に形を整えます。
- ④フライパンに15g程度の油をひき、サケハンバーグの表面に焼き色をつけます。
- ⑤表面に焼き目が付いたら、弱火にして中まで火を通します。
- ⑥(B)の材料を鍋に入れて沸騰させ、水溶き片栗粉を加えてあんかけを作ります。
- ⑦お皿にハンバーグとブロッコリー、トマトを盛り付けます。最後に⑥で作ったあんかけをかけてできあがり。

減塩ワンポイント
お塩を加えていませんが、しいたけの旨味と、とろみの付いたタレでハンバーグをコーティングしているので、しっかりと味付けできます。



レシピ監修/管理栄養士
新垣 優子

きちんと知ろう！お薬のこと

知っておきたい お薬の豆知識

「相互作用を防ぎましょう」

文 薬剤師
田中 泉 (たなか いずみ)

お薬の中には、薬剤同士だけでなく食べ物や飲み物と一緒に摂る事で相互作用を起こしてしまうものがあります。その結果、薬の作用が強くなり副作用が発現してしまう場合や、反対に作用が弱まり期待した薬の効果が得られない場合があります。お薬の説明書等をよく読み正しく服用しましょう。

抗凝固薬であるワルファリンと納豆の食べ合わせが悪いことはよく知られています。これはワルファリンがビタミンKに作用して抗凝固作用を発揮するのに対し、納豆に含まれる納豆菌は腸の中でビタミンKを産生するため作用を邪魔してしまうためです。また、ビタミンKを多く含むクロレラ、青汁などもワルファリンの作用を弱めます。

グレープフルーツは多くの薬の代謝に関わるチトクローム(CYP)と呼ばれる酵素の邪魔をするため、薬が体内で分解されず副作用や中毒を引き起こすリスクを高めてしまう場合があります。そのため、この酵素で分解される薬との併用には注意が必要です。グレープフルーツ以外にもグレープフルーツ同様の成分(フラノクマリン類)を含むスイーティーやぶんたん、甘夏みかんなども同じく注意が必要です。

反対に、喫煙は気管支拡張薬であるテオフィリンの代謝酵素を誘導し、作用を弱めてしまうことがあります。

一部の抗生剤や骨粗しょう症のお薬は牛

乳や乳製品と摂取すると、吸収が低下し薬の作用が弱まる可能性があります。

このように、私たちが普段何気なく摂っている食べ物や飲み物が薬の作用に影響することがあります。

薬の飲み合わせについては薬剤師がお答えしますので気軽にお問い合わせください。

お薬手帳をご活用下さい！



お薬手帳をご存じですか？お薬手帳は、処方された薬の名前・飲む量・回数などを記録に残しておくことができ、副作用や飲み合わせのリスクを減らすことができます。お薬手帳は調剤薬局で入手する事が出来ます。ぜひご活用下さい。



簡単フリースで健康体操

監修 理学療法士 長嶺 敦司(ながみね あつし)
モデル 健康運動指導士 平良 早陽香(たいら さやか)

加齢と共に筋力が低下する傾向にある下半身の筋力を維持・強化する代表的な運動を紹介します。その代表的なのが「スクワット」ですが、難しそうですね!そこで全く同じ動き「椅子に座るフリ」で、下半身を強化します。また胴体周りの筋肉を強化できる「デンデン太鼓体操」も紹介します。この運動はいつでもどこでもできるのが特徴です。ぜひ、仕事・家事・テレビのCMの合間などに行なってみてください。

※医師から運動禁止の指示が出られる方や、痛みが出る方はこの運動を行わないでください。

1 椅子に座るフリ体操(スクワット)

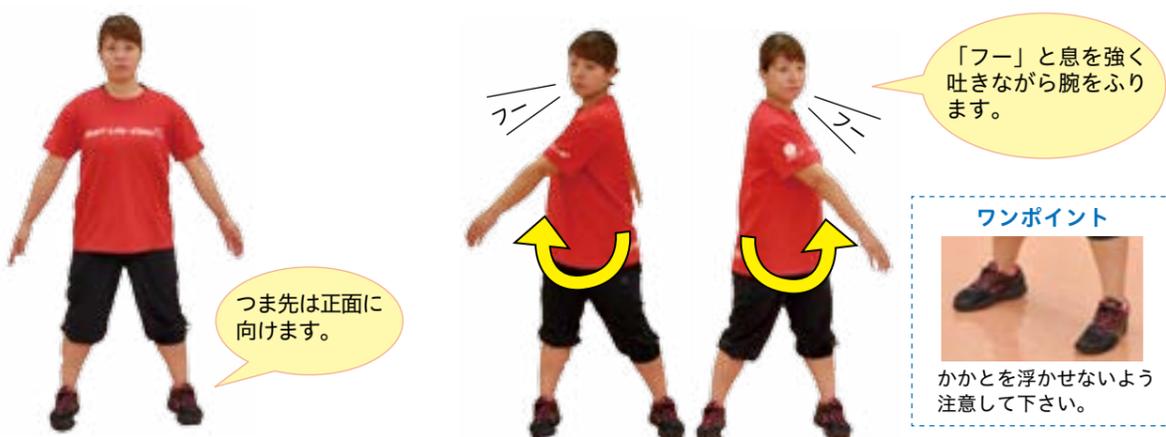


腰に手を置くと姿勢が安定します。

①足幅は椅子の足に合わせます。

②椅子に座るように腰を落とし立ち上がります。10回程度繰り返します。慣れてきたら回数を増やしてみましょう。

2 デンデン太鼓体操



つま先は正面に向けます。

ワンポイント

かかとを浮かせないよう注意して下さい。

「フー」と息を強く吐きながら腕をふります。

①両足を肩幅に開きます。

②顔は前を向き、足の裏をしっかりと着けたまま、腕を左右に大きく振ります。10回程度繰り返します。慣れてきたら回数を増やしてみましょう。



左:屋比久 哲矢(やびく てつや)さん
右:宮城 武也(みやぎ たけや)さん

介護の現場から

ハートライフ地域包括ケアセンター デイサービス はーとらいふ

利用者様が元気・笑顔になる ときにやりがいを感じます

文 機能訓練指導員
柔道整復師 宮城 武也(みやぎ たけや)

「デイサービス はーとらいふ」には、機能訓練指導員として2名の柔道整復師が勤務しています。柔道整復師は3年課程の専門学校で解剖学や生理学、運動学を学び国家資格を取得しています。

機能訓練指導員の役割は、利用者様の加齢による筋力低下の予防や日常生活をおくる上で必要な機能の維持改善を目的とし

た訓練を行います。定期に行っている個別の機能訓練は歩行訓練、筋力トレーニング、集団体操、レクリエーション、マッサージ等です。訓練中はコミュニケーションを図り、利

用者様の「心のケア」を大事にしています。利用者様が「元気になる」、「笑顔になる」ときにやりがいを感じます。それぞれのケアプランに沿って実施していく中で、信頼関係ができてこそ、最善のサービスが提供できると思います。

利用者様の状態や体調などを考え、周りのスタッフや家族の方々と連携し、安心して生活していただけるようサポートして参ります。今後ともどうぞよろしくお願い致します。



レクリエーションの様子

施設概要

ハートライフ地域包括ケアセンター「デイサービスはーとらいふ」
【住所】沖縄県中頭郡西原町字小那覇1606番地
【電話番号】098-944-3300代 【FAX】098-944-3311



ハートライフ病院 増築・改修工事

機能強化と救命・救急・手術・予防医学などの各分野でより地域の医療ニーズに応えられる病院を目指します。

文 事務部長
當銘 秀之(とうめ ひでゆき)

2017年の増築棟オープンと2018年の全館改修完了を目指し、2016年1月よりハートライフ病院増改築工事を着工しました。地下1階地上5階建ての増築部分は、整地工事や不発弾検査を経て2月より基礎工事を開始しました。3月にはハートライフ病院をご利用の皆様にも見えるかたちまで工事が進み、10月現在、2階部分の工事が行われています。



一般外来の完成イメージ

増築部分が完成しましたら、一般外来や検査部門、人工透析室、ICUを増築部分に移転いたします。また、増築に合わせMRIなどの医療機器も増設し、検査ニーズに迅速に対応できる体制を整えて参ります。さらに、産婦人科センターも増築部分に移転し、4階に産婦人科外来と婦人科病棟を配置し、5階を産科専用病棟として、独立した専用フロアといたします。さらに、女性専用待合を用意することで、女性に利用しやすい環境をめざします。

増築部分への移転完了後は既存部分の改



産婦人科センターの完成イメージ

修を行い、手術室の増室や救急総合診療部、予防医学センター、内視鏡センター、リハビリテーション科などの拡張を行います。増築・改修工事で機能強化を図り、救命・救急・手術・予防医学などの各分野でより地域の医療ニーズに応えられる病院を目指しております。工事中はご不便・ご迷惑をおかけしますが、ご利用の皆様のご理解とご協力の程よろしくお願い申し上げます。

(新)第2駐車場をご利用下さい

増改築工事に伴い、駐車場が大変混雑しております。病院正面の駐車場は、午前中は非常に混雑しますので、病院向かいの第2駐車場のご利用をご検討ください。また、お見舞いにお越しの方は、なるべく第2駐車場をご利用くださいますよう、皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

連携診療所紹介 2016年10月現在、ハートライフ病院は301件の診療所と連携しています

ロコモクリニック南城

【住所】〒901-0618 南城市玉城字船越949-4
【TEL】098-949-1155 【FAX】098-949-1156

診療内容 整形外科・内科・リハビリ



当クリニックは南城市玉城字船越に2015年11月に開院しました。地域のかかりつけ医として手足・首・腰などのしびれ、痛み、まひ等の整形外科疾患はもとより、症状の落ち着いた内科疾患やメタボリックシンドロームなど生活習慣病に関する相談や継続加療を行っています。そのほかにも、スポーツ障害、スポーツ外傷、運動機能低下(ロコモティブシンドローム)検診、健康相談、予防接種も行っております。

また、同敷地内には当クリニックと連携のもと機能訓練プログラムを充実させ、自

立した日常生活のサポートを行える「デイケア南城」を併設しております。

勤務医の時代に1万件近くの手術に携わった経験を活かし、地域住民の健康サポート、地域に根差したかかりつけ医として、いつでも気軽に相談でき、安心していただけるクリニック・デイケアを目指し、スタッフ一同精進していきますので、どうぞよろしくお願いいたします。



ロコモクリニック南城
院長 上原 敏則 先生

学会認定
日本整形外科学会認定 整形外科専門医
日本整形外科学会認定 脊椎脊髄病医
日本整形外科学会認定 運動器リハビリテーション医
日本整形外科学会認定 スポーツ医
日本医師会認定 健康スポーツ医

ロコモクリニック南城

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前9:00~午後1:00	○	○	○	○	○	○
午後2:00~午後7:30	○	○	休診	○	○	休診

休診日/水曜午後、土曜午後、日曜・祝祭日・旧暦7月15日・慰霊の日・年末年始
※診療受付は、午前の受付が12時30分、午後の受付が19時00分までとなります。



地域医療連携室 Q&A ~かかりつけ医について~

Q かかりつけ医(ホームドクター)を持つ事が重要だと言われますがなぜですか?
大きな病院に行く方が便利で安心な気がします。

A 気軽に受診できて負担の軽減にもつながります。

細かな体調の変化を相談したり、具合が悪い時にすぐに見てもらえるなど、医院・診療所は規模の大きな病院では難しい部分に対応してくれます。かかりつけ医なら、「〇〇さんは、この前こうなりましたから、次はこうしましょう。お子さんの風邪は良くなりましたか?」と言う風に、患者さんご本人だけでなく家族全員の健康管理もやりやすくなります。かかりつけ医に病院へ行くようにと紹介されてから病院で精密検査を受けるなど、診療レベルにより使い分ける事で、より気軽に受診できて負担の軽減にもつながります。

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

〒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

診療科目

●内 科 ●呼吸器内科 ●循環器内科 ●消化器内科 ●肝臓内科 ●血液内科 ●人工透析内科 ●腎 臓 内 科
●心療内科 ●小 児 科 ●外 科 ●乳腺外科 ●食道外科 ●脾臓外科 ●血 管 外 科 ●大腸・肛門外科
●整形外科 ●形 成 外 科 ●脳神経外科 ●産 婦 人 科 ●泌尿器科 ●眼 科 ●耳鼻咽喉科 ●皮 膚 科
●放射線科 ●麻酔科(久場良也) ●リハビリテーション科 ●救 急 科 ●病理診断科
■予防医学センター(特定健診、人間ドック/2日ドック・半日) ■内視鏡センター
■無菌治療センター ■悪性腫瘍相談支援センター ■ヘルニアセンター

外来診療 ※診療科によって診療日、受付時間、診療時間が異なります。お問い合わせのうえご来院下さい。

	受付時間
月～金	8:00～11:30 12:00～16:30
土	8:00～11:30

	診療時間
月～金	9:00～12:00 14:00～17:00
土	9:00～12:00

24時間救急 24時間365日、急病の方を受け付けております。

※左記以外の時間は救急扱いとなります。

土曜日の午後・日曜日・祝日は休診

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

診療科目

●糖尿病内科
●内 科
●小児科

外来診療 ※診療科によって診療日、受付時間、診療時間が異なります。お問い合わせのうえご来院下さい。

	受付時間
月～金	8:00～11:30 13:00～16:30
土	8:00～11:30

	診療時間
月～金	9:00～12:00 14:00～17:30
土	9:00～12:00

休診日
糖尿病内科/土曜日・日曜日・祝日
内科・小児科/土曜日の午後・日曜日・祝日

付属施設

疾病予防運動施設 Ryuew-ZA (リュウザ)

営業時間

午前 9:00～12:30
午後 13:30～17:00
土曜日・日曜日・祝祭日は休み

ヘルシーカフェ ohana (オハナ)

営業時間

月～金 8:30～15:00 (ラストオーダー14:30)
土曜日・日曜日・祝祭日は休み

ハートライフ地域包括ケアセンター

〒903-0103 沖縄県中頭郡西原町字小那覇1606番地
TEL.(098)944-3300(代) FAX.(098)944-3311

■住宅型有料老人ホームはーとらいふ
■デイサービスはーとらいふ
■ケアプランセンター はーとらいふ

■ヘルパーステーション はーとらいふ
■訪問看護ステーション はーとらいふ

お問い合わせ

受付時間

午前 8:30～午後 17:30 月曜日～金曜日 (土曜日・日曜日・祝祭日は休み)

かりゆし会についての詳細・最新情報は
ホームページからご覧いただけます。

かりゆし会

検索

URL <http://www.heartlife.or.jp/>



QRコード

Universal Design

本誌はユニバーサルデザインコーディネータ検定準2級取得者の確認・校正作業を経て発行しています。

UD FONT
by HIRAGINO

広報誌「あすなる」はユニバーサルデザイン(UD)の考え方にに基づき、より多くの人へ適切に情報を
伝えられるよう配慮した見やすいユニバーサルデザインフォントを採用しています。