

新型コロナウイルス感染予防対策へのご協力をお願い致します。

社会医療法人かりゆし会の広報誌

2021 No.107

秋号

無料 / TAKE FREE

ご自由にお持ち帰り下さい

# あすなる

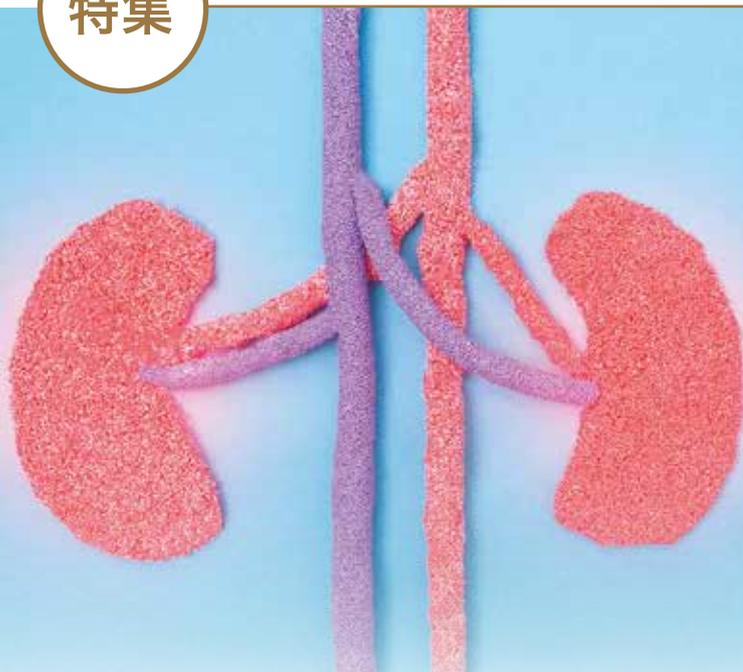
特集

## 慢性腎臓病

～腎臓の働きと慢性腎臓病～



タイトル 『クラゲの太陽』 作品の詳細情報は14ページへ！



# 慢性腎臓病

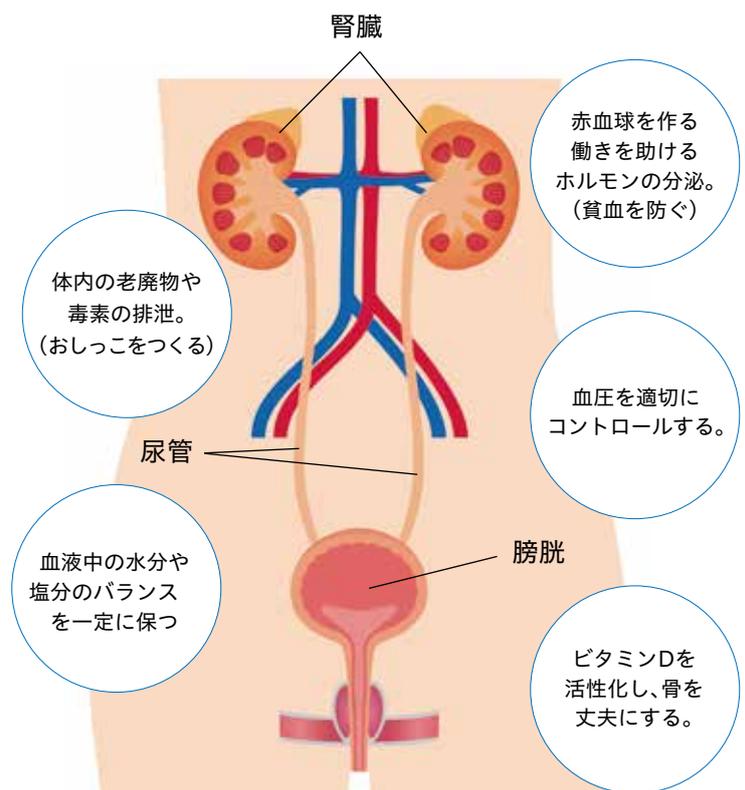
Chronic Kidney Disease  
～腎臓の働きと慢性腎臓病～

みなさんは自分の腎臓がどのくらい機能しているか知っていますか？腎臓の機能が障害された状態は決して稀ではなく、日本の成人 8 人に 1 人が慢性腎臓病といわれています。慢性腎臓病で腎臓内科外来に紹介される患者さんの多くが「これまで腎臓が悪いと言われたことはない」と驚かれます。これは腎臓について説明されることが少ないことが一因です。自分の腎臓の状態を把握し、腎臓を守ることは、健康な生活を送るためにとても重要です。今回は腎臓の働きと慢性腎臓病についてお話しします。

## 腎臓の働き

わたしたちは毎日食事から生命維持に必要なエネルギーを得ています。この過程でできる水分や老廃物を体外に排出する働きを腎臓が担っています。水分や老廃物は血液によって腎臓に運ばれ、“糸球体”というふるい装置で濾過されます。1つの糸球体は0.1-0.2mmと非常に小さいものですが、左右の腎臓合わせて200万個もの糸球体が力を合わせて水と老廃物を濾過し、濾過されたものが最終的に尿として体外に排出されます。このように腎臓が水分と老廃物を排出することで、私たちの身体は一定の状態に保たれています。

図1：正常時の腎臓の働き



出典：NPO 法人 腎臓サポート協会 web サイト

腎臓は様々なホルモンを作る役割も担っています。体中に酸素を送る細胞である赤血球を作るよう指令を出すホルモン（エリスロポエチン）や、血圧を調整するホルモン（レニン）を産生しています。またビタミンDを活性化し骨を丈夫に保つ働きをもちます（図1参照）。

## 腎臓の機能とは

腎臓の機能は糸球体濾過量（Glomerular Filtration Rate : GFR）で表すのが一般的です。これは腎臓の主要な働きである水分と老廃物を濾過する機能を“1分間でどれくらい濾過できるのか”で表したものです。健康な腎臓は1分間に60ml以上の水分と老廃物を濾過しているため、GFR値は60以上となります。検診や病院での検査結果ではeGFRとして表示されているので、御自身の腎臓の機能を一度確認してみてください。

## 慢性腎臓病とは

腎臓の機能が数ヶ月から数年かけて徐々に失われていく病態が慢性腎臓病（Chronic Kidney Disease: CKD）です。糸球体での濾過量が低下した状態であるeGFR値60未満が3ヶ月以上続くとCKDと診断されます。糸球体での濾過量が低下せずeGFR値が60以上でも、蛋白尿や血尿が3ヶ月以上続く場合にCKDと診断されることがあります。これは蛋白尿や血尿の存在が糸球体の障害を示しているため、この状態が

持続すると糸球体機能が失われ腎臓の機能が低下するからです。

糸球体での濾過量が低下すると十分に水や老廃物を濾過し排出することができなくなります。水が濾過できなくなると足や全身にむくみが出現し、息切れといった心不全の症状が出現することもあります。老廃物が濾過できなくなると、尿毒症といわれる倦怠感、食欲低下の出現や、不整脈や血圧低下、意識障害など致命的になりうる症状が出現することもあります。

## 慢性腎臓病の原因

CKDを起こす原因は様々ありますが、生活習慣病に関連するものや腎臓自体に炎症が起こる慢性腎炎などが一般的です。CKDが進行し末期腎不全となり透析が必要となる原因の第1位が糖尿病による糖尿病性腎症、2位が高血圧による腎硬化症で、この2つで半数以上を占めています。3位が腎臓に炎症が起こる慢性糸球体腎炎です。

## 慢性腎臓病の予防

残念ながらCKDでは失った腎臓の機能が回復することはほとんどなく、多くの場合残された機能も徐々に障害されていきます。そのためCKDの重症度は、残された腎臓機能の割合でステージとして分類します（次ページ図2参照）。機能する腎臓が減少するとステージが上がり、eGFR値15未満のステージG5に至ると透析や腎移植が

図2:CKD重症度と治療

	G1	G2	G3a	G3b	G4	G5
eGFR 値	90以上	89～60	59～45	44～30	29～15	15未満
腎臓の働きの程度	 正常	 軽度低下	 軽度～中等度低下	 中等度～高度低下	 高度低下	 末期腎不全
治療の目安		生活改善			食事療法・薬物療法	
				透析・移植について考える		透析・移植の準備

出典：NPO 法人 腎臓サポート協会 web サイト

必要となります。

まずはCKDにならないために生活習慣病を予防することが重要です。先に述べた糖尿病や高血圧だけでなく、脂質異常症や肥満もCKDの原因となりうるため、定期的に検診を受け生活習慣病にならないよう注意しましょう。

## 慢性腎臓病と診断されてしまったら

CKDと診断された場合、残された腎臓の機能を少しでも温存することが重要です。腎臓を障害している原因の治療を行うことで、障害の進行を緩やかにすることができます。生活習慣病が原因であれば、その治療を十分に行うことが大切です。運動や適切なカロリー摂取、塩分制限、禁煙なども大切です。かかりつけの先生と相談しながら生活習慣を見直してください。慢性糸球体腎炎などの腎臓の疾患が原因であれば腎臓内科専門医のもとで十分な治療を行ってください。

## 最適な治療を選択する 腎代替療法選択外来

CKDステージG3までは原因疾患の治療がCKDの治療になります。しかしステージG4まで進行した場合は、原因疾患の治療だけでなく、今後必要となることが予想される透析や腎移植といった腎代替療法について相談を始める必要があります。透析や腎移植といった治療は機能しなくなった腎臓の代わりを果たしてくれますが、生活に制約が生じます。例えば血液透析では週3回通院し毎回4時間の治療を受けるため、治療前と同じように時間を使うことができなくなり、働き方の変更を余儀なくされることもしばしばあります。そのため個々の患者さんのライフスタイル、ライフステージ、価値観に合わせた治療法を選択することが重要です。個々の患者さんが最適な治療を選択するには、腎代替療法に精通した医療者が治療法について十分に説明し、患者さんだけでなく生活を共にする家

## 腎代替療法選択外来 毎週火曜日に外来を行っています

腎代替療法選択外来では腎臓の状態や腎臓の働き、病気の進行や治療などきちんとした情報をゆっくりわかりやすく説明し、患者さんの不安や体調に関すること、患者さんが希望する生活を続けるためにはどの治療がいいか、また生活にどのような影響を与えるか一緒に考えていきます。

### 腎代替療法選択外来の予約・受診について

腎代替療法選択外来は紹介状(診療情報提供書)が必要な外来となっています。受診希望の方は⑮番窓口の地域医療連携室までお問い合わせください。地域の連携医療機関の皆様におかれましても、患者様をご紹介いただく場合は診療情報提供書を地域医療連携室へ FAX していただきご連絡ください。患者さんにとって最善の治療選択ができるようサポートしていきます。

### お問い合わせ先

ハートライフ病院 地域医療連携室 (受付時間 平日 8:30～17:30)

☎ 098-895-6710 (直通) FAX. 098-895-5685

族も交えて相談を繰り返す必要があり、とても時間がかかります。そのため CKD がステージ G4 まで進行したら腎代替療法選択外来を受診してください。ステージ G5 になると具体的に透析や移植の準備を開始します。治療が必要となる時期を見極めながら準備をし、腎臓が十分に機能を果たせなくなったら治療を開始します。

## 障害されても自覚症状が出ない腎臓

障害されてもなかなか自覚症状が出ないのが腎臓です。GFR 値 15 未満のステージ

G5 になるまで症状が出てこないことも多々あります。ここまで進行する前に治療を開始することが大切なので、検診やかかりつけ医で定期的に尿検査や血液検査を受けましょう。

腎臓は静かにわたしたちの生活を支えてくれています。腎臓が障害され CKD が進行すると健康に生活を送ることが困難となります。また CKD は腎臓だけでなく心臓や血管も障害し心筋梗塞や脳梗塞といった命を脅かす病気も起こします。腎臓を大切に、ひとりひとりが健康で豊かな人生を送れることがわたしたち腎臓内科医の願いです。

### 解説

ハートライフ病院  
腎臓内科

普久原 智里 (ふくはら ちさと)

### 【プロフィール】

琉球大学医学部卒。琉球大学病院で研修後、聖マリアンナ医科大学病院で腎移植を中心に腎代替療法について研修。2021年4月にハートライフ病院に唯一の腎臓内科専門医として赴任。地域の人々の腎臓を守るため、地域病院と連携しながら診療にあたっています。個々の患者さんが希望する人生を送れるようサポートする医療を目指しています。

### 【学会認定等】

日本腎臓学会腎臓専門医、日本透析医学会透析専門医、日本内科学会内科認定医



主治医より退院許可が出た患者様

速やかな退院に  
ご協力頂いて  
おります

# 入院治療終了後の 患者様・ご家族様への ご協力依頼

当院は、重症や緊急を要する患者様を治療する急性期病院です。

現在、コロナ禍の影響を受け、慢性的に入院病床がひっ迫した状況が続いております。つきましては、当院での治療が終了し、主治医より退院許可が出た患者様に関しましては、ご自宅や地域の医療機関、入所中の介護施設等への速やかな退院にご協力いただいております。

ご家族をはじめとする身元引受人の方々もご多忙とは存じますが、当院が適切な医療の提供を継続するため、退院許可の出た当日あるいは翌日に退院いただくようご協力のほどお願い申し上げます。

## ？ お気軽にお声掛けください

当院では現在、入退院支援の強化に取り組んでおり、治療終了後でも状態の変化等により、元の生活場所への退院が困難な患者様につきましては、主治医を始め、看護師や医療ソーシャルワーカー等の多職種による退院支援を行います。退院についての不安やご相談につきましては、入院されている病棟の退院支援担当者へお声かけください。

ハートライフ病院 患者総合支援センター ☎ 098-895-3255(代)



攻めの

感染拡大防止と救急医療ひっ迫解消の両立を目指して…

# ワクチン接種

文 ワクチン班  
知念 政治(ちねん まさはる)

ハートライフ病院では、2021年3月より医療従事者向けのワクチン接種を開始し、2021年5月からは高齢者向けの住民接種に着手しました。

当初は当院所在地の中城村の住民向けに、毎週月・火・水曜日と金曜日の午後に病院内での個別接種を実施しました。県内では「中城スタイル」と紹介された「村役場で予診票などの記入補助・チェック・病院までの送迎を行い、病院では問診・接種・観察のみ」という接種方式は、病院の限られたスペースや人員でも200名超を2時間以内で接種完了できるものとして注目されました。その後、9月末まで西原町と与那原町の住民についても当院での個別接種を実施しました。

一方、個別接種と同時に各市町村の集団接種会場への医師・看護師・薬剤師・救急救命士・臨床検査技師の派遣も行いました。6月13日(日)には、当院の救急医療ひっ迫の現状を打開するため、「攻めの集団ワ

クチン接種」と称して近隣の与那原町で、当院が主導する形でスタッフとドクターカーを派遣し、近隣医療機関にも協力をいただき、1日で約1,000名の町民に接種を実施しました。6月19日(土)には、隣接する西原町へも当院スタッフのみで構成した接種チームを派遣し、1日に約1,000名の接種を行いました。各自治体の協力もあり、10月8日現在で、17,429回の接種を行うことができました。当院は地域医療支援病院として、今後も住民の皆様の健康を第一に必要な医療サービスの提供を継続してまいります。

ハートライフ病院が実施  
または関わったワクチン接種回数

市町村名	期間	回数
西原町	2021年5月2日～2021年10月2日	5,651回
中城村	2021年5月20日～2021年10月2日	5,916回
与那原町	2021年6月13日～2021年8月8日	5,862回
合計接種回数		17,429回



ハートライフ病院での個別接種の様子



与那原町での集団接種の様子



西原町での集団接種の様子

# ハートライフ病院 看護部便り

## 糖尿病看護 認定看護師

### 糖尿病看護認定看護師 としての思い

糖尿病は慢性疾患のため一生付き合っていく病気です。患者さん主体での生活習慣の見直しが治療のカギとなりますが、これまでの生活習慣を変えていくことは容易ではありません。糖尿病を抱え生活する患者さんご家族が、糖尿病の治療である内服薬やインスリン注射、食事療法、運動療法を個々の日常生活の中に取り入れ、セルフケア

ができるように一緒に考えていきます。また、糖尿病を抱えながらもその人らしい生活が送れるよう、患者さんの思いに沿った支援をしていきたいと思っています。

文：看護師 又吉 直美(またよし なおみ)

前職時代に勤務していた内科病棟で多くの糖尿病患者との出会いをきっかけに、2013年に糖尿病看護認定看護師の認定を取得。現在は、当院で病棟勤務の傍ら、後進の育成や糖尿病治療中核施設でもあるハートライフクリニックと当院との架け橋になり糖尿病患者さんの治療に携わっている。

### 患者さんとの信頼関係を大切に・・・

どんなにすばらしいアドバイスも指導も患者さんとの信頼関係がなくては成立しません。誠意を持って接することで、患者さんとの信頼関係を築くことを一番大切にしています。そのためには、患者さんに興味を持ち、声に耳を傾け、話を聞くこと。一見、糖尿病とは関係ないように思える話でも、患者さんの行動を変えていくキーワードが隠されていることがあると思って指導に携わっています。



フォローアップ研修で3年目の看護師に当院における糖尿病看護認定看護師の役割を講演している様子

認定看護師は熟練した看護技術と知識を有し、水準の高い看護の実践を行うとともに看護師の指導やコンサルテーションが行える看護のスペシャリストです。2021年2月時点、ハートライフ病院には9領域11名の認定看護師が在籍しています。

## あなたの気になる心臓、 調べてみませんか

文 保健師 桃原 勝美(とうばる かつみ)

あなたは動悸や息切れといった症状はありませんか？心臓に異常があるかを見分ける重要な検査の1つとして心臓エコー検査があります。気になっているあなた、一度検査を受けてみませんか？

### 心臓エコー検査とは

心臓超音波(心エコー)検査は、超音波を心臓にあてて、返ってくるエコー(反射波)で心臓の状態を診る検査です。レントゲン検査のように放射線による被ばくの心配がありませんので、安心して受けられる検査です。検査時間は、約15～20分です。

### 心臓エコー検査で、何が分かるの？

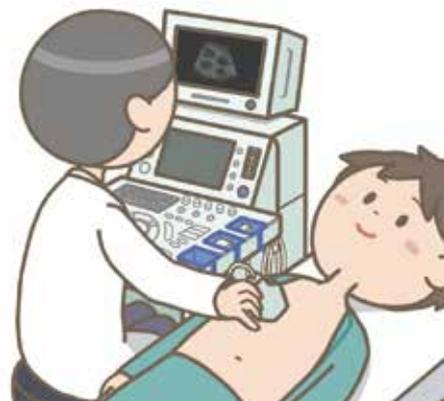
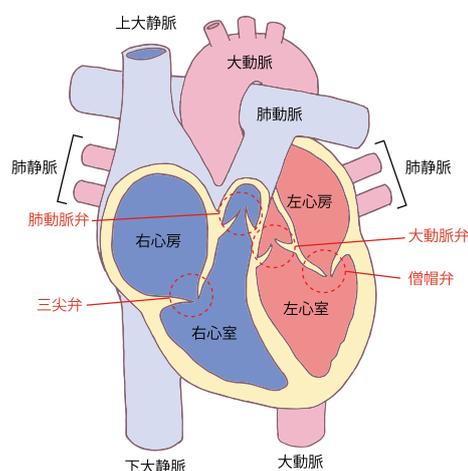
心臓エコー検査は、心臓の形(大きさ、厚み、弁の状態)、動き(ポンプ機能の状態)を調べる事で、心臓の状態を知る事ができます。心臓は4つの小部屋があり、その小部屋を分けて逆流を防ぐために、4つの弁があります(図1)。それら弁の異常を、弁膜症といいます。心臓エコー検査は、弁の状態を診る事にとても優れている検査です。また、心臓のポンプ機能がうまくいっていない状態の心不全も知ることができます。

### 心臓エコー検査がお勧めの方

- 動悸・息切れ
- 心臓の雑音を指摘された方
- 胸部レントゲン検査で、心臓が大きい(心拡大)と指摘された方
- 心電図で異常を指摘された方

また、高血圧や糖尿病、脂質異常など内服治療が長い方や、指摘されたものの長期に放置されていた方は、心臓への負担(心臓の肥大)の有無を見分ける為にも、心臓エコー検査をお勧めします。※胸痛(胸部圧迫感や締め付けるような痛み)がある方は、お近くの医療機関で受診・詳しい検査をお勧めします。

図1 心臓と4つの弁



当予防医学センターでは、人間ドック時のオプション検査として、心臓エコー検査が受けられます。事前予約制となっていますので、詳しくは、当センターまでお問い合わせください。



# だし香る！ きのこのこのグリル焼き シークワサー和え

## 栄養価 (1人前あたり)

エネルギー	21 kcal
タンパク質	2.5g
脂質	0.4g
炭水化物	5.9g
(うち食物繊維 3.3g)	
ビタミンD	2.4μg
食塩相当量	0.4g

秋の味覚、きのこはダイエットの味方である食物繊維や骨粗鬆症対策の助けになるビタミンDが豊富です。今回はバターなどを使わず、ノンオイルのヘルシーレシピに仕上げました。きのこことシークワサーの香り・だしのうま味で美味しいだけではなく、体にもオイシイレシピです！ぜひお試しください。

## ●材料 (2～3人前) ●

- ・お好きなきのこ※……………約 200～250g  
※今回はしいたけ2個、舞茸1/2袋、えのき1/2袋、エリンギ1本を使いました。
- ・かつおだし……………大さじ4
- ・塩……………ひとつまみ

- ・醤油……………4g
- ・シークワサー……………60g

## かつおだしの材料

- お湯…100ml
- 鰹節…2g

## ●作り方●

1. しいたけは石づきを落として4つに割きます。舞茸は食べやすい大きさに割きます。えのきは石づきを落としてほぐします。エリンギは半分の長さに切って4つに割きます。シークワサーは半分に切っておきましょう。
2. 次にかつおだしを作ります。お湯に鰹節を入れ、鰹節が沈むまで2分ほどおき、上澄みを分量取っておきます。
3. トースターにアルミホイルを敷いて1のきのこを重ならないように並べて焼き色がつくまで200度で10分ほど焼きます。
4. ボウルに2と3、シークワサーを絞り入れ、塩と醤油で味を調えたら完成です。

# みんなでお手軽 エクササイズ

知って  
得する♪

## 食べ物や素材の効果的な時間について

文：健康運動指導士 高原 早陽香(たかはら さやか)

運動と切っても切り離せない「食事」についての内容です。全く同じ食品でも朝食に食べた場合と夕食に食べた場合では「血糖値の上昇が異なる」「抗肥満作用」など、同じ食品でも食べる時間が異なれば作用・機能が異なることがあります。

食品・食材	☀️ 朝食の場合		🌙 夕食の場合	
	栄養素	期待される効果	栄養素	期待される効果
乳製品 	たんぱく質	筋肉の発達	カルシウム	骨を強くする
納豆 	たんぱく質	筋肉の発達	納豆キナーゼ、イソフラボン	血液凝固の抑制、骨を強くする
トマト 	リコピン	抗酸化	GABA	睡眠の質を高める
お茶 	カフェイン	朝型リセット・抗肥満	カテキン、テアニン	血糖抑制、睡眠の質を高める
菊芋・ごぼう 	イヌリン	高血糖抑制・便通改善・腸内細菌増加		
セサミン 	セサミン	抗コレステロール		
魚油 	DHA・EPA	抗脂肪肝・朝型リセット		

### 朝夕で牛乳・納豆の活動は異なる!?



朝  
摂ると?

たんぱく質不足の補給という意味でサルコペニア(加齢に伴い筋肉が減少していく現象)予防に効果的です。

夕  
摂ると?

カルシウムやビタミンDの補給につながり、骨粗しょう症予防に効果的です。



朝  
摂ると?

良質のたんぱく質として朝の摂取で補えます。

夕  
摂ると?

納豆イソフラボンは女性ホルモン作用をもち、骨粗しょう症予防が期待できます。

# 医療福祉 相談室です

## 「妊よう性温存療法」に関する助成制度があります！

医療ソーシャルワーカー：高澤 信哉（たかざわ しんや）

### 1 妊よう性とは

「妊娠するための力」のことで、女性にも男性にも関わります。がん等の治療内容によっては、低下したり失われたりする場合があります。

### 2 沖縄県がん患者等妊よう性温存療法研究促進事業について

#### (1) 概要

将来子どもを産み育てることを望む小児・思春期・若年成人のがん患者等が、希望を持って治療に取り組めるように、将来子どもを出産できる可能性を温存するための「妊よう性温存療法」に要する費用の一部を助成します。

#### (2) 対象者

以下の全てを満たす者が対象です。

- ① 沖縄県内に住所を有する者
- ② 43歳未満の者（温存療法の凍結保存時の年齢）
- ③ 指定する原疾患の治療を必要とする者（詳細は下記問い合わせ先へ）
- ④ 指定医療機関の生殖医療を専門とする医師と原疾患担当医師より、妊よう性温存療法が生命に与える影響を考え、許容されると認められる者
- ⑤ 妊よう性温存療法を受けること、及び本事業に基づく研究への臨床情報等の提供に同意できる者
- ⑥ 本事業の対象となる費用について、他の地方公共団体や国による助成を受けていない者



#### (3) 助成額や回数

妊よう性温存治療の内容によって、助成額が変わります。通算2回まで助成が受けられます。

温存療法の種類	助成上限額
胚（受精卵）凍結	35万円
未受精卵凍結	20万円
卵巣組織凍結	40万円
精子凍結	2万5千円
精子凍結（精巣内精子採取術）	35万円

### 3 問い合わせ先

〒900-8570 沖縄県那覇市泉崎 1-2-2  
沖縄県 保健医療部 健康長寿課 がん対策班  
TEL：098-866-2209（直通）  
FAX：098-866-2289



ホームページ

ご相談方法や内容など、詳しくは当院1階15番窓口の患者総合支援センター医療福祉相談室までお気軽にご相談下さい。

## ふうりん訪問診療所

院長 島袋 高志 先生

【事務所所在地】〒900-0012 沖縄県那覇市泊1-6-1  
ビッグライスマンション204号室

【TEL】098-960-4109

診療内容 内科



ふうりん訪問診療所は2021年5月に那覇市泊に開院しました。

皆さんは在宅診療（訪問診療）についてご存知ですか？在宅医療とは、病院への通院が困難な方に、医師が定期的に自宅を訪問して診察を行うものです。月に2回の定期的な訪問で健康を管理し、具合の悪い時には往診や必要な時には入院施設への入院の手配も行います。また、終末期の方の自宅でのお看取りのお手伝いもします。

私は沖縄で生まれ、琉球大学医学部を卒業後、東京で心臓外科医、循環器医として

研鑽を積んで来ました。40歳を過ぎ、在宅医療にも関わるようになり、人が、その人らしく生きていく為には医療スタッフ・介護・福祉サービスが密に連携し、生活環境を整え支えていく事が大切だと気付かされました。そんな折、仕事に転機が訪れ、30年離れていた故郷に恩返しをしたいという思いが芽生え、この度沖縄那覇で開院する運びとなりました。地域のみなさまが住み慣れた自宅で安心して療養を続けられるよう、24時間365日の体制でお支えます。ぜひ、ご相談ください。

院長  
島袋 高志 先生

学会認定  
日本外科学会認定医  
日本胸部外科学会認定医  
日本心臓血管外科専門医



診療日・時間	24 時間 365 日体制
訪問エリア	那覇市、浦添市、豊見城市、南風原町 ※その他地域の方はご相談ください。
実施可能な検査・処置	血液検査、超音波検査、在宅酸素療法、不整脈検査、点滴、腹水・胸水穿刺、経管栄養（胃ろう・腸瘻・経鼻胃管）、各種カテーテル検査

## 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？」という風に、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。

## ハートライフ病院

# J-クレジット制度プロジェクトに登録されました。



ハートライフ病院では、省エネルギー化と環境負荷低減を目的として、病院設備の更新計画を進めていました。その一環として全館LED化を推進するとともに、病院居室の空調機を高効率型へ取り替える計画も推進中です。この度、全館LED化工事がJ-クレジット制度のプロジェクト登録要件に適合し登録されました。医療法人がJ-クレジット制度に登録するのは、当院が初となります。



## ハートライフ病院

# 沖縄こどもの国へご招待いただきました

看護部では沖縄こどもの国を利用して新人看護師の研修を行っておりますが、今年度はコロナ禍で奮闘する医療従事者へのご支援という形でご招待いただきました。その想いに感謝の気持ちをこめて、院内で募った動物たちのお食事代としての寄付金と、職員への感謝の寄せ書きを沖縄こどもの国へお贈り致しました。



## 絵作者紹介

### クラゲの太陽

ぼくはクラゲが海の中で光っているイメージがあるので、太陽の中に入れたらいいかなと思って絵にかきました。

まわりにある長くユラユラしているのは、クラゲのしゅっかくをデザインしました。

今回の扉絵は小祿南小学校4年  
マクラッケン琉佑グレイソンさんの作品です。



作品提供：あがペエ子供造型教室 ☎(098)856-8643

**みなさまからの ご意見・ご要望** をお待ちしております。

投書箱はかりゆし会の各施設の各所に設置しています。詳しくはお近くの職員までお尋ね下さい。ご氏名・ご住所をご記入頂ければ、文書やお電話にて直接回答いたしますので、ご協力のほど宜しくお願い申し上げます。

※お寄せ頂いた情報は業務改善とその経過報告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。

# 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  
信頼される医療をめざします

## 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 ●総合内科 ●呼吸器内科 ●循環器内科 ●消化器内科 ●肝臓内科 ●腎臓内科
- 血液内科 ●人工透析内科 ●小児科 ●心療内科 ●精神科 ●外科 ●乳腺外科
- 食道外科 ●血管外科 ●大腸・肛門外科 ●脾臓外科 ●整形外科 ●リウマチ科 ●形成外科
- 脳神経外科 ●耳鼻咽喉科 ●眼科 ●産婦人科 ●泌尿器科 ●皮膚科 ●放射線科
- 麻酔科 ●救急科 ●リハビリテーション科 ●病理診断科 ●歯科 ●口腔ケア科
- 内視鏡センター ■予防医学センター（特定健診、人間ドック/2日ドック・半日） ■ヘルニアセンター
- 無菌治療センター ■スポーツ関節鏡センター ■足と傷のセンター
- 患者総合支援センター（地域医療連携室・医療福祉相談室・入退院支援室・患者サポート相談窓口・がん相談支援室）

**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。ホームページをご確認のうえご来院下さい。

受付時間	診療時間
月～金 8:00～11:00 12:00～16:30 土 8:00～11:00	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。ホームページをご確認のうえご来院下さい。

受付時間	診療時間
月～金 8:00～11:30 13:00～16:30	月～金 9:00～12:00 14:00～17:30

### 休診日

糖尿病内科/水曜日午後、  
土曜日、日曜日、祝日  
小児科/土曜日、日曜日、祝日  
内科/土曜日、日曜日、祝日

### 付属施設

**疾病予防運動施設 Ryuew-ZA (リューザ)**  
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 8:30～14:00(ラストオーダー13:30)  
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 <https://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。



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。