

医療機関や高齢者施設では引き続きマスク着用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

無料 / TAKE FREE

ご自由にお持ち帰り下さい

春号

# あすなる

Topics

## 西平医院 新院長就任のごあいさつ



タイトル 『空にうかぶメリーゴーランド』 作品の詳しい情報は15ページへ！

健康は家庭の玉

2026年4月1日に金城 興次郎医師が西平医院の院長に就任しました。

Topics

## 西平医院

# 新院長就任のごあいさつ



### 金城 興次郎 (きんじょう こうじろう)

#### プロフィール

東京医科大学卒業後、豊見城中央病院にて初期臨床研修を修了。その後、琉球大学病院第三内科（腎臓・高血圧グループ）に入局し、腎臓内科医としての研鑽を積む。同院の血液浄化療法部では、診療チーフとして高度な透析医療に従事するとともに、後進の育成にも尽力。退局後は、県内医療機関での透析センター長や院長を歴任し、現場の第一線で地域医療を支えてきた。2026年1月、西平医院副院長に就任。同年4月より院長として、「対話を大切にする医療」の伝統を継承し、最新の知見に基づいた質の高い診療を提供している。

#### 専門分野

慢性腎臓病・腎代替療法(血液透析・腹膜透析)

#### 所属学会

日本内科学会・日本透析医学会・日本腎臓学会

2026年4月1日より、西平 守樹前院長の後任として西平医院の院長を拝命いたしました、金城興次郎と申します。

私は沖縄市の出身で、東京医科大学を卒業後、豊見城中央病院（現友愛医療センター）での初期研修を経て、琉球大学病院第三内科（現循環器腎臓神経内科学）に入局いたしました。これまで慢性腎臓病診療や血液透析・腹膜透析といった腎代替療法の研鑽を積み、県内の病院やクリニックにて地域医療の現場経験を重ねてまいりました。長年にわたり地域の皆さまと確かな信頼を築いてこられた西平先生の後任という重責に身の引き締まる思いであります。

当院はこれまで、いつでも安心して相談できる医療機関として歩みを重ねてまいりました。長年、診療に尽力されてきた西平先生には心より敬意と感謝を申し上げます。先生は常に患者さん一人ひとりの声に丁寧に耳を傾け、その方の生活やお気持ちに寄り添う診療を何よりも大切にされてきました。

私自身、かつて当院で研修させていただいた際、外来診療に同席した光景が今でも深く印象に残っております。治療方針に迷う患者さんに対し、先生は一方的に結論を示すのではなく、ご家族のことやお気持ちを丁寧に伺いながら、「その方にとっての最良の医療」を共に模索されていきました。その穏やかな対話を通じ、医療とは単に病を治すこと（Cure）だけでなく、その人の暮らしや人生を支える営み（Care）であることを学びました。この経験は、私の医師としての原点です。

この「患者さんと共に考える」姿勢は、近年重視されている「Shared Decision Making（共同意思決定）」そのものです。医療者が専門知識をお伝えした上で、患者さんやご家族と対話を重ね共に最善の道を選んでいく。その積み重ねこそが納得感のある医療に繋がると確信しております。



■安里理事長から辞令を交付される金城新院長

これからの超高齢社会において医療の役割は単に「病を治すこと」に留まりません。加齢や持病と共存しながらも、いかにその人らしく尊厳を持って日々の暮らしを営めるか。その問いに答えることこそがこれからの地域医療の使命であると考えています。

私は、西平先生が築かれた「対話」という大切な遺産を継承し、疾患の管理だけでなく患者さんの人生の質（Quality Of Life）を支えるための「伴走者」でありたいと願っています。医療・介護・福祉に携わる地域の皆さまと手を取り合い、誰もが住み慣れたこの場所で最期まで自分らしく豊かに生き抜くことができる——。そんな「生活を支える医療」を職員一丸となって誠実に積み重ねてまいり所存です。

新体制となる西平医院を今後とも温かく、時には厳しくご指導賜りますよう心よりお願い申し上げます。



安里理事長（前列左から4人目）と金城院長（前列右から4人目）、西平名誉院長（前列右から3人目）と西平医院のみなさん

## 患者さんの人生の質を支えるための「伴走者」でありたい



第4回おきなわ子ども  
メディカルラリーを  
開催しました!



メディカルラリーはチェコ発祥で、医師や看護師、救命士が用意された困難なシチュエーションに挑み、その対応について得点を競う競技会で、全国各地で行われ救急医療の質の向上につながっています。

「子どもメディカルラリー」は、2012年に大阪の千里救命救急センターが日本で初めて開催したメディカルラリーの子供版です。

3名1チームで12チーム36名が参加し、子どもたちだけにいる時に、誰かがけがをしたり、倒れている人を発見した際に、「大丈夫ですか？」と声をかけ、外傷処置や胸骨圧迫、AED(自動体外式除細動器)などで適切な手当をしながら119番通報ができるようになることを目的に企画されています。



## 管理栄養士のオススメ『低糖質レシピ』④ おからマヨサラダ

監修 管理栄養士 大屋 リサ(おおや りさ)

春の陽だまりが心地よく暖かい日が続いています。今回ご紹介するのは、この季節に似合う『おから(卵の花)』を使ったレシピです。おからを用いると、ポテトサラダよりも糖質を抑えられ、たんぱく質・食物繊維を摂ることができます。おからはマヨネーズで和えると、パサつきなくしっとり仕上がりますよ。食後血糖値の上昇を穏やかにするには、食事の初めに召し上がる事をおすすめします。

### 栄養価 (1人前)

エネルギー	106kcal
タンパク質	5.6g
脂質	7.2g
炭水化物	8.3g
うち食物繊維	5.6g
食塩相当量	1.3g

※ポテトサラダの場合  
炭水化物9.7g(食物繊維4.5g)

### ●材料2人分●

生おから…………… 80g (おからパウダーでも可)	┌ マヨネーズ…………… 30g(大さじ2) (カロリーハーフ)
菜の花…………… 40g	
パプリカ…………… 15g	A レモン汁…………… 7.5g(大さじ½)
ロースハム…………… 20g(約2枚)	┌ 塩…………… 1g(ひとつまみ) 黒コショウ…………… 少々

### ●作り方●

【準備】おからパウダーを使う場合は、適量の水、または湯で戻しておきましょう。

1. 耐熱皿におからを入れ、電子レンジ(600W)で1分間加熱します。次に全体を混ぜて粗熱を取ります。
2. 菜の花は熱湯で茹でて流水にさらし、一口大に切ります。パプリカは細かく刻みます。
3. ロースハムは、ひと口大に切ります。
4. ボウルに1~3の材料とAを入れて、全体をよく混ぜ合わせます。器に盛り付けたら完成です。

# ハートライフ病院 看護部便り

## 手術室のチーム医療と 特定行為看護師の役割

文 手術室師長 米須 智子 (こめす ともこ)

### 患者さんの安全と安心を守る チーム医療

手術室では、患者さんが安心して手術を受けられるよう、医師・看護師・医療スタッフが一体となりチーム医療を実践しています。手術という大きな治療の場面で、患者さんの安全と安楽を守ることは私たち手術室スタッフの大切な役割です。

### 特定行為看護師による 術後疼痛管理

当院では、特定行為看護師が術後の疼痛管理に積極的に関わり、患者さん一人ひとりの状態を丁寧に観察しながら、医師と連携して迅速な対応を行っています。手術後の痛みは患者さんの不安や回復に大きく影響するため、適切な疼痛管理を行うことで、患者さんが少しでも安心して治療に向き合えるよう支援しています。特定行為看護師の専門性を活かした関わりは医療チームの質の向上にもつながっています。

### 新入職者を迎え、 さらに活気あるチームへ

また今年度は、新たな仲間として新入職者も加わり、手術室チームはさらに活気に



あふれています。経験豊富なスタッフが新人を支えながら、日々の手術看護の中で知識や技術を共有し、共に成長しています。

手術室では、医師との密なコミュニケーションを大切にしながら、それぞれの専門職が役割を発揮し、患者さんにとって最高の治療が提供できるようにチーム一丸となって取り組んでいます。

### 専門職が連携し質の高い 医療を提供

これからも手術室スタッフ一同、専門性を高めながら、安全で質の高い医療の提供を目指し、患者さんに信頼される医療を実践していきます。



# みんなでお手軽 エクササイズ

## 外を歩こう！ 日常の歩きを変えると、体はもっと元気に！

文 理学療法士 長嶺 敦司(ながみね あつし)

皆さん、定期的に外を歩いていますか。屋内での移動が中心の人は、気づかぬうちに歩行能力が低下しているかもしれません。家事などの生活動作が目的の「生活歩行」に対し、「屋外歩行」は歩くこと自体が目的で運動効果も高まります。「生活歩行」と「屋外歩行」その役割の違いを知ることが、健康づくりの第一歩です。

### 屋外歩行と生活歩行の違い

項目	屋外歩行	生活歩行
歩幅	目的地への「移動距離」があるため、大きくなりやすい	室内履きや裸足での移動が多く、狭くなりやすい
歩行速度	通勤や移動など目的があり、周囲の流れもあるため速くなりやすい	急ぐ必要が少なく、ゆっくりになりがち
足元への意識	坂道や凸凹、障害物などに対応する必要がある	床は平らなため、足元への意識は少ない
バランス	段差や障害物に対応するため、足関節・股関節を多く使う	手すりや家具などの支えがあり、最小限のバランスで済む
注意分散	周囲(人・車・自転車など)の動きに注意が必要。環境を予測する力も重要	家の中の用事などに注意が向きやすい
エネルギー消費	移動距離が長く、全身運動となるため多い	移動距離が短く、省エネ歩行になりやすいため少ない
身体能力	歩幅を大きく取ることによって体幹や下肢筋力、下半身の関節可動域が向上。継続して歩くことで心肺機能(体力)も向上	歩幅が小さく、連続歩行が少ないため、筋力や心肺機能、関節可動域は向上しない

室内(家の中)での移動だけでも生活はできるため、気づかぬうちに筋力や体力が低下し、歩く力の衰えに気づきにくくなります。さあ、まずは近くのコンビニまで。5分間の外歩きから始めてみませんか。今日の一歩が、未来の健康をつくれます。チャレンジ！屋外歩行！



#### 歩行老化チェック

##### 歩行老化の7つのサイン

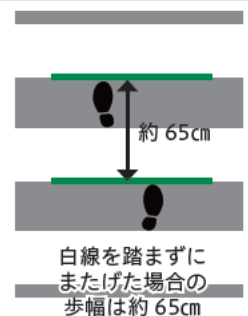
- ①背中が丸まってきた
- ②膝が曲がり、腰も丸くなってきた
- ③両足の横幅が広がってきた
- ④小股になり、早歩きがぎこちない
- ⑤よくつまづく
- ⑥長く歩くのがしんどい
- ⑦ふらついたり、転びそうになる



#### 簡単！歩幅チェック

##### 横断歩道でチェック！

横断歩道の白線をまたぎながら歩けるか、チャレンジ！  
できたらOK！  
またげなくなったら要注意です。  
余裕がある方は、さらに大股で歩くように意識しましょう！



ハートライフクリニック2階 疾病予防運動施設リューザ会員募集中！  
無料体験も実施中！一緒に運動しましょう！ ☎ 098-882-0050

こんにちは

# 医療福祉 相談室です

## 仕事を辞めずに家族の介護と向きあうために ～「介護休業制度」についてご存知ですか？～

文 医療ソーシャルワーカー 徳盛 宏賢（とくもり ひろたか）

「介護休業制度」とは、労働者の家族に介護が必要になったとき、仕事を辞めずに家族の介護や介護体制の構築を行うなど、まとまった時間を確保するための休業制度です。

### 利用できる方

雇用保険に加入している方が対象です。

### 対象となる家族

配偶者（事実婚を含む）、父母、子、配偶者の父母、祖父母、兄弟姉妹、孫が対象です。

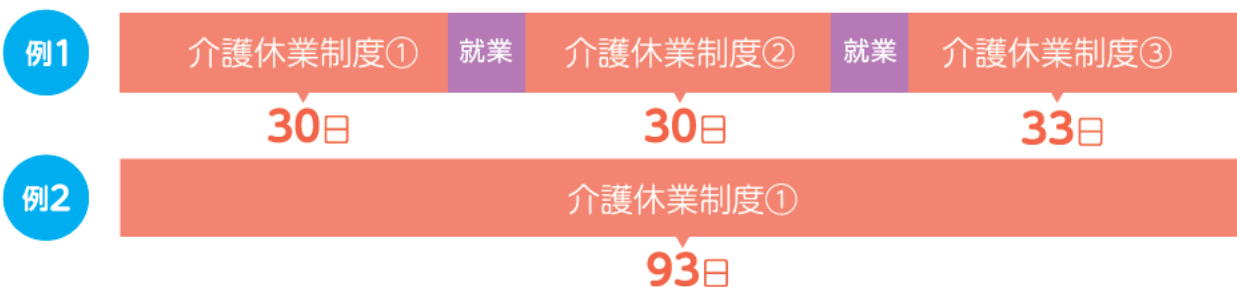
### 対象となる介護の状態

負傷、疾病、身体上または精神上の障がいにより、2週間以上にわたり日常生活を一人で送ることが難しく、ほぼ毎日見守りや介助が必要な状態の方が対象です。

### 介護休業できる期間

対象家族1人につき、通算93日まで取得できます。通算93日を最大3回まで分割して取得可能です。

#### 【取得例】



### 取得中の経済的支援

原則として無給です。過去2年間に「11日以上働いた日」が12ヶ月以上、休業後に職場復帰する予定がある方は休業前の賃金の67%を「介護休業給付金」として受給できます。

### 申請や相談窓口

- ・勤務している職場の人事部、総務部などの担当部署
- ・最寄りのハローワーク

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。

# いきがい在宅クリニック

院長 長野 宏昭(ながの ひろあき) 先生

所在地 〒904-2153 沖縄県沖縄市美里6-15-16  
 TEL 098-989-9066  
 H P <https://ikigaicreation.co.jp/zaitaku-clinic/>

診療科目

●内科●呼吸器科●小児科●緩和医療



沖縄市にある訪問診療専門の「いきがい在宅クリニック」は、小児から高齢者まで幅広い在宅医療を提供し、年間約100件の看取りに携わっています。

訪問診療とは、医師が計画的にご自宅を訪問し、診療や薬の処方、健康管理を行うもので、寝たきりや歩行困難など通院が難しい方が対象となります。定期的に訪問診療を受けている患者様には24時間往診が可能な体制を整

えており、夜間や休日でも必要に応じて対応しています。また、訪問看護ステーション「いきがいサポートステーション」と密に連携し、シェアハウス型ホスピス「いきがいの家」とともに、がん終末期を含む人生の最終段階を支えます。「いきがいと共に歩む」医療を大切に、患者様とご家族の物語に寄り添い続けます。



訪問診療可能時間  
 月～金:9:00～17:00  
 休診日:土、日、祝日

院長 長野 宏昭 先生  
 資格・所属学会  
 ・日本内科学会総合内科専門医  
 ・日本呼吸器学会呼吸器内科専門医、指導医  
 ・日本がん治療認定医機構がん治療認定医  
 ・日本在宅医療連合学会評議員

## 地域医療連携室 Q&A ～医療機関の役割分担～

**Q** 病院とクリニックの違いは何ですか？大きな病院の方が安心な気がします。

**A** 法的にはベッドの数が20床以上を病院と規定しています。

法的にはベッドの数が20床以上を「病院」と規定しており、また、規模の違いから医療設備でも差があります。何となく大きな病院の方が安心だと感じる方がいますが、病院に患者さんが集中することでいわゆる「3時間待ち3分診療」の原因になっているとも言えます。病院とクリニックにはそれぞれ役割があり、「日常的な診療は近隣のクリニックで、より高度な医療が必要な場合は紹介状を書いてもらって病院へ行く」というように、医療機関を適切に使い分けることが大切で、自己負担の軽減にもつながります。ぜひ、近所でご家族そろって健康相談ができる「かかりつけ医」を見つけてください。

## もしかして…私も脂肪肝！？

文 予防医学センター  
管理栄養士 池間 八恵(いけま やえ)

2025年度の当院健診受診者で腹部超音波検査を受診した方は全体の59%でした。そのうち「脂肪肝」と判定された方は57%で、「脂肪肝+肥満者」が58%、「脂肪肝+非肥満者」が42%という結果でした。実際に沖縄県では肝疾患での死亡率が高く、男女ともに全国の約2倍でワースト1位となっています。

### 脂肪肝とは？

脂肪肝とは、脂肪が肝臓に蓄積し、肝臓全体の約30%以上が脂肪化した状態です。肝臓は「沈黙の臓器」と言われ、自覚症状がほとんどなく、症状が現れたころにはかなり進行している場合も少なくありません。放置すると、肝炎や肝硬変、肝がんへ進行するリスクが高まります。



### 「脂肪肝」は2023年に世界的に名称が変わりました！

非アルコール性脂肪性肝疾患 (NAFLD)



代謝機能障害関連脂肪性肝疾患 (MASLD)

非アルコール性脂肪肝炎 (NASH)



代謝機能障害関連脂肪肝炎 (MASH)

これまでの名称は「お酒を飲まないこと (非アルコール)」を基準としていましたが、実際には肥満や糖尿病、高血圧、脂質異常症しじつじょうしょうなどが主な原因であることが明らかになったためです。脂肪肝を原因とする肝硬変や肝がんによる死亡者数は年々増加しており、心臓病や脳卒中のうそっちゅうを起こしやすいことも分かっています。

### やせ型や普通体型の人でも要注意！

実は…見た目では健康そうに見える方でも、脂肪肝の可能性ががあります！

原因① 食べる量が少なくても栄養バランスが崩れている

特にたんぱく質不足は、肝臓での脂質代謝がうまくいかず、一時的に肝臓に脂肪をため込みやすくなると言われています。

原因② 運動不足 (筋肉量の不足)

肥満でなくても、筋肉量が極端に少ない「隠れ肥満」と言われる状態です。筋肉量が少ないと基礎代謝が下がり、摂取したエネルギーが消費されにくくなり、余ったエネルギーが脂肪として肝臓にたまりやすくなります。

### 腹部超音波検査を受けよう！

脂肪肝を確認する検査には主に血液検査と腹部超音波検査があります。血液検査で肝機能に異常がなくても、腹部超音波検査で脂肪肝と判定されることがあります。食生活の乱れを感じている方や運動不足の方は、ぜひ一度受けることをおすすめします。



### 脂肪肝チェック！

簡易的に脂肪肝のリスクを確認できるサイトもありますので、ご自身の健診結果を参照しながら調べてみてください。



【脂肪肝指数 Fatty liver index, FLI】計算サイト  
日本循環器病予防学会 監修

ハートライフ病院

## 沖縄県医科学研究財団 研究奨励賞を受賞しました



2026年2月16日、県内の医学と医療の進歩に貢献した功労者を顕彰する沖縄県医科学研究財団の2025年度表彰・授与式が開催され、当院小児科部長の崎原医師が受賞しました。

崎原医師は、世界的な健康課題である小児の牛乳アレルギーに対し、母乳栄養を妨げることなく、安全性と実用性を兼ね備え

た発症予防戦略を世界で初めて報告。その成果は国内外の食物アレルギー診療ガイドラインにも影響を与えています。

また、専門研究機関に属さず、地域医療の現場に根差した臨床研究を継続してきた姿勢も高く評価されました。

かりゆし会

## かりゆし会に新たな仲間が加わりました



入職式の様子

2026年4月1日に本年度の入職式が行われ、医師や看護師・医療技術者・事務職など合わせて88名の方がかりゆし会の新しい仲間に加わりました。入職式が終わると、全職種を対象とした総合オリエンテーションを開始。オリエンテーションでは、消防訓練や個人情報保護教育など社会人として働くために必要な基礎教

育をはじめ、医療倫理などについての講習が行われました。新入職員らは、期待と緊張感の中、地域医療へ尽くす決意をみなぎらせていました。これから、診療現場で皆様のお役に立てるよう頑張りますので宜しくお願いします。



入職式の様子



消防訓練の様子

## かりゆし会

# 2026年度 かりゆし会 新入職医師紹介

私たちがかりゆし会で皆さまの診療にあたらせて頂きます。健康維持・治療に最善を尽くしますので、よろしくお願いいたします。

- ・ 形成外科 赤嶺 希 (あかみね のぞむ)
- ・ 放射線科 饒波 涼子 (のは りょうこ)
- ・ 眼科 赤嶺 もな (あかみね もな)
- ・ 泌尿器科 藤川 正弘 (ふじかわ まさひろ)
- ・ 循環器内科 石井 慶美 (いしい よしみ)
- ・ 脳神経内科 眞喜志 直子 (まきし なおこ)
- ・ 内科 竹田 和輝 (たけだ かずき)
- ・ 整形外科 玉城 太成 (たまき たいせい) ※ 2026年5月以降に入職予定
- ・ 整形外科 玉城 浩人 (たまき ひろと)
- ・ 予防医学センター 猪谷 尚子 (いたに しょうこ)
- ・ 循環器内科 中石 祐木 (なかいし ひろき)
- ・ 総合内科 片淵 亮介 (かたぶち りょうすけ)
- ・ 外科 知念 徹 (ちねん いたる)
- ・ 泌尿器科 松丸 右京 (まつまる うきょう)
- ・ 麻酔科 知念 行子 (ちねん ゆきこ)

## 初期臨床研修医紹介

ハートライフ病院で初期臨床研修を行う事になりました。どうぞ宜しくお願いいたします。

- ・ 内海 大樹 (うつみ ひろき)
- ・ 弘瀬 達哉 (ひろせ たつや)
- ・ 沖山 光輝 (おきやま みつき)
- ・ 星子 真之介 (ほしこ しんのすけ)
- ・ 城間 玲音 (しろま れおん)
- ・ 知念 築 (ちねん きずく)

## ハートライフ病院

# 沖縄県医事功労者知事表彰を受賞しました

このたび放射線科 石原 悟が「沖縄県医事功労者知事表彰」を受賞しました。

本表彰は、沖縄県内において長年にわたり医療関係業務に従事し、地域医療の発展に顕著な功績のあった方に対して、沖縄県知事より授与される名誉ある表彰です。

石原は、長年当院での診療放射線業務に専念し当院のみならず地域医療の質の向上に大きく貢献し、その功績が高く評価されました。



Everyone's voice

**みなさまの声。**

このコーナーではみなさまから寄せられた  
ご意見やご質問とその回答を掲載しています

ハートライフ病院 | 病院長 西原 実  
東4・5階病棟、産婦人科外来 スタッフ一同

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。

**扉絵作者紹介****空にうかぶメリーゴーランド**

今回の扉絵は上田小学校3年 こざやい 小堀 せな 星奈さんの作品です。

どこかの遊園地にカラフルな鳥のメリーゴーランドがありました。  
ある日その鳥みんなが、力をあわせて羽をうごかしました。すると空にうかびながら、  
いろいろなところにいきました。

それを見つけたこどもたちが『空にうかぶメリーゴーランド』というようになりました。

作品提供：あがペえ子供絵画教室 ☎(098)856-8643



わたしたちは心と心をつなぐ信頼される医療と介護をめざします

## 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. 0570-00-3255 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 ●血液内科 ●人工透析内科 ●小 児 科  
●脳神経内科 ●心療内科 ●精 神 科 ●外 科 ●乳腺外科 ●消化器外科 ●食道外科 ●血管外科 ●大腸・肛門外科  
●小児外科 ●膵臓外科 ●整形外科 ●関 節 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 ●歯科口腔外科

■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  
■スポーツ関節鏡センター ■足と傷のセンター ■乳腺外科センター  
■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・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	24時間救急
月～金 08:00～11:00 12:00～16:30	月～金 09:00～12:00 14:00～17:00	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 08:00～11:00	土 09:00～12:00	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

## 西平医院

〒901-2205 沖縄県宜野湾市赤道2丁目2番2号  
TEL. 098-896-1116(代) FAX. 098-896-0766

### 診療科目

●内 科 ●人工透析内科  
●呼吸器内科 ●整 形 外 科  
●循環器内科 ●リハビリテーション科  
●消化器内科

### 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～水・金 8:30～11:30 13:30～16:30	月～水・金 9:00～12:00 14:00～17:00
木・土 8:30～11:30	木・土 9:00～12:00

木曜・土曜の午後、  
日曜、祝日は休診

※木曜・土曜の午後は休診 ※火曜午後の受付は16時、診療は16時半まで

## 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  
■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)