

なかゆくい

のげゆくい

医療法人 野毛会
もとぶ野毛病院

2026年6月号
(第134号)

～もくじ～

- * 5月の研修医終了
- * ふれあい医療体験
- * 暑熱順化
- * 第2回私のおすすめ
- * 6月外来医師不在のお知らせ
- * 創立39周年
- * 6月外来担当医師予定表

5月の研修医終了



金沢大学
附属病院
Dr S,S



今回の地域医療研修では、慢性期病院ならではの医療を経験し、多くの学びを得ることができました。限られた医療資源の中で適切な医療を提供するためには、幅広い知識と豊富な経験をもとに、その場に応じた判断を行うことの重要性を実感しました。また、慢性期病院で提供できる医療には限界がある一方で、急性期病院にも、急性期治療後の患者・家族へのより親身なケアや在宅医療環境の整備、患者背景を考えた慢性期治療の継続といった面で時間的・人力的な限界があり、それぞれの医療機関が役割を分担し、支え合っ地域医療が成り立っていることを強く感じました。

日々の診療ではさまざまな手技を経験させていただき、実践的な学びにつながりました。また、休日には沖縄の食文化や豊かな自然に触れることができ、美ら海水族館や伊江島、国頭など、とても印象に残っています。もともと趣味でダイビングをしているのですが、もとぶの透きとおった海は本当に綺麗で、絶対にまた潜りに来たいです。

この研修が終わり、もとの病院へ戻ると、晴れた日に病棟から眺めていた綺麗な海が見られなくなるので、いまから少し寂しく感じています。これから先、少し立ち止まりそうになったときには、野毛病院での研修を思い出して頑張っていこうと思います。

最後になりましたが、熱心にご指導くださった先生方をはじめ、温かく支えてくださったスタッフの皆様様に心より感謝申し上げます。



赤穂市民
病院
Dr G,S



もとぶ野毛病院での勤務最終日を迎えました。

沖縄入りした初日は梅雨入りの時期でしたが、晴れ間の中に大きな虹が現れ、私を歓迎してくれているように感じたことを今でも覚えています。

勤務初日から、院長先生をはじめ医療スタッフの皆様々に温かく迎えていただき、これから始まる地域研修への期待に胸を膨らませました。

1か月間の地域研修では、慢性期病院ならではの気管カニューレ管理、胃瘻管理、NGチューブ管理に加え、褥瘡委員会への参加など、多くの貴重な経験をさせていただきました。また、45名の患者さんを受け持たせていただき、当初は疾患や生活背景の多様さに戸惑うこともありましたが、出口先生をはじめ諸先生方のご指導とスタッフの皆様々の支えのおかげで、日々の病棟業務に取り組むことができました。

慢性期医療では、一見状態が安定している患者さんでも急な発熱や病状変化が起こり得ることを実感し、日々の丁寧な観察と迅速な対応の重要性を学びました。また、限られた医療資源の中で診療を行う難しさや、患者さん・ご家族の思いに寄り添いながら医療を提供することの大切さについても深く考える機会となりました。

さらに、患者さんを支える上での多職種連携の重要性を日々の業務を通じて実感し、大変学びの多い1か月となりました。

病棟から眺めた美しい沖縄の海の景色も含め、ここでの経験は私にとって忘れることのできない大切な財産です。

もとぶ野毛病院で学ばせていただいたことを今後の診療に生かし、より良い医療を提供できるよう努めてまいります。1か月間、本当にありがとうございました。



6月の研修医はありません

～ふれあい医療体験～



「看護の日」にちなんで、5月22日にふれあい医療体験を開催いたしました。

今回は、北山高校3名、名護高校1名、北部農林高校2名の計3校6名の学生にご参加いただきました。

血圧測定や車いす乗車、患者の食事見学、看護師の体験談等を体験してもらいました。

「参加して良かった」や「貴重な体験をする事ができた」、「将来の目標を決定する良い機会になった」など様々な意見や感想をいただきました。

今回、ふれあい医療体験にご参加いただきありがとうございました。来年度もどうぞよろしくお願いいたします。



暑熱順化



5月に入り気温がだんだんと上がってきており熱中症のリスクが高まります。熱中症の対策の一貫として暑熱順化について説明いたします。

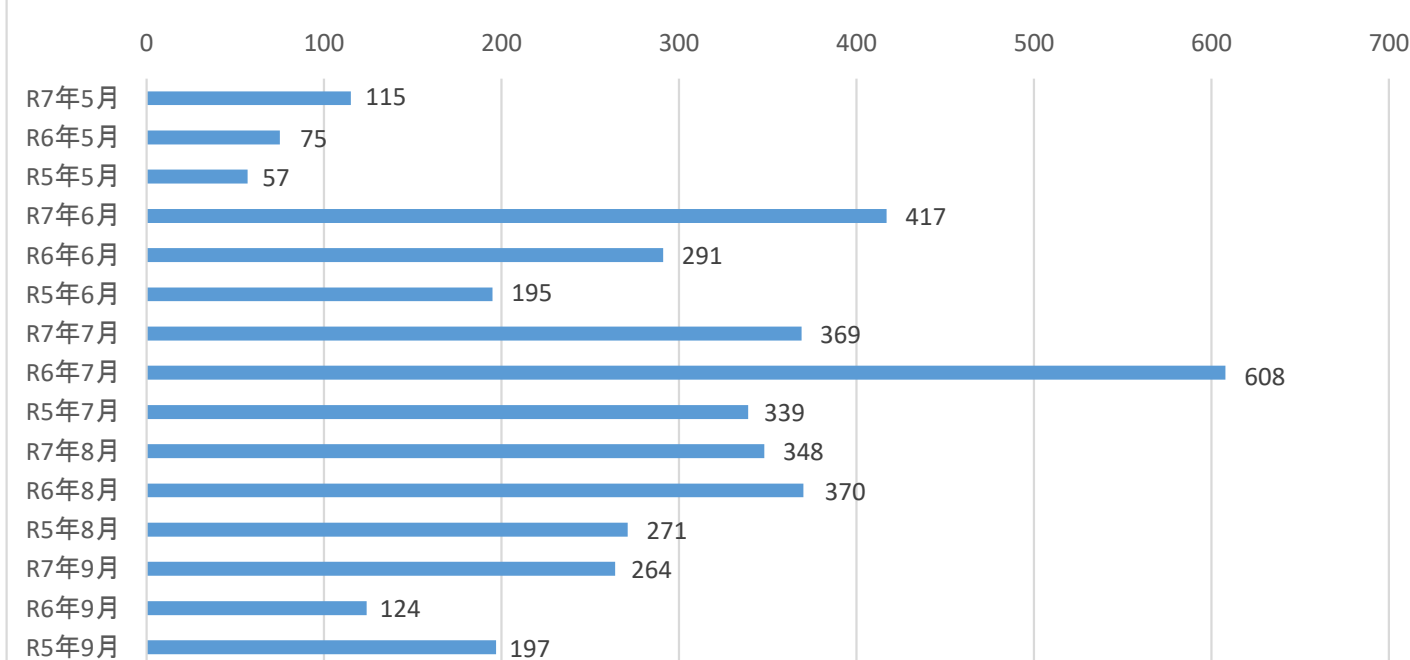
①暑熱順化(しょねつじゅんか)とは

身体が暑さになれることで、暑さに強い身体を作ること。

②気温が高くない時期でも発生する

以下のグラフにあるように、暑さに慣れていないと5月には熱中症で緊急搬送される人がいます。

沖縄県内における熱中症による救急搬送人員



③数日休むと暑熱順化の効果はなくなる

暑熱順化をしても、数日休むと効果がなくなるため、長期休暇あけの人は注意が必要です。

④暑熱順化トレーニング

日常生活の中で無理のない範囲で汗をかくようにし、数日～2週間ほどで暑熱順化する。

1. 歩く・走る(帰宅時にバス停から歩くも可)

歩く目安:30分 走る目安:15分 頻度目安:週5回

2. 自転車

運動目安:30分 頻度目安:週3回

3. 適度な運動(筋トレやストレッチなど適度に汗をかくもの)

運動目安:30分 頻度目安:週5回～毎日

第2回 私のおすすめ

①総務課 吉田さんのおすすめ ②おすすめ: 倉敷うどん「ぶっかけ」 ③ジャンル: 食べ物

④選んだ理由: 岡山出身なので岡山名物をご紹介します。倉敷うどん「ぶっかけ」です。地元では、ふるいちの「ぶっかけうどん」と呼んでいます。温かいうどんは、たれに薬味として生姜が付き、冷たいうどんは、たれに薬味としてわさびが付きます。少し太めでこしのあるうどんに、うずらのたまごとたれ、薬味がかかって出てくるので、よくかき混ぜて食べます。

ぜひ岡山に来られた際にどうぞ。ちなみに、新幹線の東京方面行きの岡山駅ホームでも食べる事ができます。テイクアウトやネット販売も出来ますよ。



6月外来医師不在のお知らせ

- ◆ 出口 宝先生
5日(金)午前
10日(水)11時～終日
25日(木)午前、26日(金)
- ◆ 平安山 直美先生 12日(金)
- ◆ 堀川 恭平先生 25日(木)午前
- ◆ 山中 祥弘先生 26日(金)

~もとぶ野毛病院創立39周年~

もとぶ野毛病院は、おかげさまで6月1日に39年を迎えることができました。地域の皆さまの温かいご支援のおかげです。心より御礼申し上げます。



6月外来担当医師予定表

	月	火	水	木	金	土
午前	脳外科・総合診療科 堀川 恭偉	脳外科・総合診療科 堀川 恭偉	循環器内科 東上里 康司	糖尿病・総合診療科 岡田 達夫	内科 平安山 直美	総合診療科 岩淵 達也※第1・第3週
	呼吸器内科 仲村 秀太			総合診療科 岩淵 達也※月1回程度	総合診療科 岩淵 達也※第1・第3週	外科・総合診療科 出口 宝
	総合診療科 堀川 恭平	総合診療科 堀川 恭平	総合診療科 堀川 恭平	総合診療科 堀川 恭平		総合診療科 常勤医1名※輪番制
	消化器内科 山中 祥弘	消化器内科 山中 祥弘	消化器内科 山中 祥弘	消化器内科 山中 祥弘		
		外科・総合診療科 出口 宝	外科・総合診療科 出口 宝	外科・総合診療科 出口 宝	外科・総合診療科 出口 宝	
	整形外科 六角 高祥	整形外科 六角 高祥	整形外科 六角 高祥		整形外科 六角 高祥	
午後			循環器検査(予約) 東上里康司※15:30迄	糖尿病・総合診療科 岡田 達夫	内科 平安山 直美	午後休診 第2・第4土曜日休診
	消化器内科 山中 祥弘	総合診療科 堀川 恭平	総合診療科 堀川 恭平	消化器内科 山中 祥弘		
	外科・総合診療科 出口 宝※16:00迄			総合診療科 岩淵 達也※月1回程度	総合診療科 岩淵 達也※第1・第3週	
	整形外科 六角 高祥	整形外科 六角 高祥	整形外科 六角 高祥	内科・リウマチ科 平野亜紀 ※6/18	整形外科 六角 高祥	

【 玄関のオープン時間 】

午前 8:30

午後 13:30

ご来院の際は、マスク着用・消毒のご協力をお願い致します。

【 診療時間 】

・午前の診察時間

8:30～12:30 (受付8:30～12:00)

・午後の診察時間

13:30～17:30(受付 13:30～17:00)

休 診

第2・第4土曜日
日曜日
祝祭日 年末年始



医療法人 野毛会 もとぶ野毛病院
〒905-0212 沖縄県国頭郡本部町字大浜880-1
TEL:0980-47-3001 FAX:0980-47-3003
URL HTTPs://www.noge.or.jp/

発行担当者: 比嘉 お問い合わせ先: iorihiga@noge.or.jp

