

かりゆし病院連携室だより



南十字星

2025年10月
かりゆし病院 広報委員会
TEL 0980-83-5600
FAX 0980-88-7575
令和7年10月号 (NO.30)

今年も開催！ マンモグラフィサントー

※定員に達し次第
締め切り

平日は時間がないという方、
日曜日に乳がん検診を受けることができます！

マンモグラフィ 3,000 円
【先着 20 名様】

乳腺エコー 2,000 円
【先着 10 名様】

日時：令和7年10月19日(日) 8:30～12:30

～ご予約・お問い合わせ～

かりゆし病院 健診センター

直通 0980-84-3111 (平日 12:00～17:00)

※自覚症状のある方や外来で定期検査を受けている方は乳腺外来の受診をお願いいたします。

水・木曜日 午後 要予約 代表：0980-83-5600



放射線科

野川 せりな

10月はピンクリボン月間、10月の第3日曜日はマンモグラフィサントーです。今年10月19日の日曜日で、当院でもマンモグラフィと乳腺超音波検査を受けることができます。平日に検診を受ける時間がないという方は、ぜひこの機会に検診を受けてみませんか？

日本人女性の9人に1人が、生涯に乳がんになると言われています。40歳以上の女性が、2年に1回マンモグラフィによる検診を受けると乳がんによる死亡率が下がることがわかっています。また、マンモグラフィと乳腺超音波検査を併用することで乳がんの発見率が上がるという報告があります。

当院ではマンモグラフィも乳腺超音波検査も女性技師が検査をしています。撮影技師も読影医師も認定を取得しており精度の高い検査を行っておりますので、安心して検診にいらしてください。お待ちしております。



令和7年8月23日

第2回 医療に関する市民公開講座（高血圧について）開催

共同主催：石垣市・県立八重山病院・かりゆし病院・石垣島徳洲会病院・八重山地区医師会



■□開催にあたり□■

□■中山義隆 石垣市長 挨拶■□

●○村井俊介先生による基調講演○●

3月1日(土)に第1回 医療に関する市民公開講座「脳卒中について」に続き、8月23日(土)に第2回目「高血圧について」が開催されました。村井俊介先生(県立八重山病院循環器内科医師)の基調講演では、高血圧は脳梗塞の大きな原因になること、高血圧の治療は単に血圧を下げるだけではなく、心臓病や腎臓病を防ぎ「健康長寿」につながるなどお話されました。また、シンポジウムでは竹島茂人先生(県立八重山病院救急科医師)は、高血圧が脳卒中以外の重篤な病気を引き起こしていることを実際の救急外来で受け入れた症例を紹介され、高血圧の予防・治療の重要性についてお話しされました。嘉手川知加さん(当院健診センター保健師)は、今できる高血圧対策について家庭での血圧測定などの自己管理についてお話しされ、知念万里菜さん(石垣島徳洲会病院 管理栄養士)は高血圧の食事療法について、調味料の使い方で減塩できることや野菜を積極的にとりバランスの良い食事をとることが高血圧の予防になることをお話されました。第3回目は令和8年3月7日(土)に糖尿病をテーマに開催予定です。詳細については、市のホームページや公式LINE等でお知らせいたします。

<血圧測定のポイント>

健診センター 保健師 嘉手川 知加

高血圧対策として必要になるのは、減塩、節酒、禁煙、運動、睡眠…他にもたくさんあります。しかし、まずはご自身の普段の血圧を知ることが1番大切です。

体重計のあるご家庭は多いかと思いますが、これからはぜひ、血圧計も一家に一台準備して健康管理のレベルをアップしましょう。

ポイント1：種類

・手首式や時計式ではなく、誤差の少ない上腕式と呼ばれる腕に巻くタイプがおすすめです。

ポイント2：タイミング

・1日2回、朝と晩に測定しましょう。

朝：起床後1時間以内・排尿後・朝食前・服薬前 / 晩：就寝直前

・1-2分椅子に座って安静（話をしない、力を入れない）にしてから測ります。

計測前のタバコ、カフェインは控えましょう。

ポイント3：測り方

・カフの高さと心臓の高さをそろえましょう。

・カフは、指が1-2本はいる程度ゆとりをもって巻きます。

・椅子に座った姿勢で足を組まずにリラックスしてください。

・上着（分厚い服）や、きついシャツ等はぬぎましょう。



上善会 地域貢献活動ボランティア清掃

当法人では今年も地域貢献活動の一環で、8月26日と28日の2日間、ボランティア清掃を行いました。業務終了後の1時間でしたが、多くの職員が参加し清掃作業を行いました。今後も、ボランティア清掃を通して地域に貢献していきたいと思います。



専門外来（循環器内科・女性内科）のお知らせ

循環器内科（予約制）

胸の痛み・動悸・息切れなどの症状がある方、**高血圧**の方、早期受診・治療をお勧めします。気になる方はお気軽にご相談ください。

※琉球大学病院、浦添総合病院の専門医による診察を受けることができます。

女性内科（予約制）

《女性に特化した一般内科診療》

婦人科のお悩み、更年期症状、不眠など。

※女性内科 榎本小弓医師は、9/9(火)～12月中旬まで休診となります。

その間、昇 幹夫(のぼり みきお)医師の診察を予定しております。

※診療の曜日・時間については、本誌専門外来のご案内をご覧ください。

生花の持ち込み禁止のお願い



当院では、衛生上・感染症対策のため、病室に生花を置くことを禁止しております。患者様の誕生日や生年祝いなどの生花のご持参、業者による配達などはご遠慮ください。また、母の日や敬老の日等に、本州などからの配達も多い状況ですので、ご親族の皆様にもお伝えしていただければ幸いです。

面会について



- 面会時間：午後 15:00 ～ 20:00(15 分以内)
- 各病棟で健康チェック表の記入をお願いします。
- 咳などの症状がある場合はマスク着用をお願いします。

感染状況によっては、変更となる場合があります。皆様のご理解・ご協力の程宜しくお願い致します



※最新情報につきましては、かりゆし病院ホームページをご確認ください→



←かりゆし病院 HP



かりゆし病院 専門外来のご案内



☆診療日・診療時間の変更、休診になる場合があります。
予約なしの方は、ご確認の上、受診されますようお願い致します。

＜診療時間・受付時間＞
9:00～12:00 (受付時間: 11:30まで)
14:00～17:00 (受付時間: 16:30まで)



予約制

診療日・時間の変更もありますので、お問い合わせの上、受診されますようお願い致します。



【神経内科】(予約制)

第2月曜日 9:00～12:00 14:00～16:00
第3月曜日 9:00～12:00 14:00～16:00
第4金曜日 9:00～12:00 14:00～17:00
*金曜日(不定期) 14:00～17:00
*土曜日(不定期) 9:00～12:00

【女性内科】(予約制)

月・水曜日 14:00

【消化器内科】(予約制)

上部内視鏡検査 下部内視鏡検査

【循環器内科】(予約制)

第2・4水曜日 14:00～17:00
第2・4金曜日 9:00～12:00 14:00～16:00
第2土曜日 9:00～12:00

【リハビリテーション科】

第1・3木曜日 9:00～12:00 14:00～16:00
第2・4金曜日 9:00～12:00 14:00～16:00
※ 整形外科の医師が診療を行っております。
腰、膝、肩の痛み、その他スポーツ外傷等

【乳腺外来】(予約制)

水・木曜日 14:00～16:00
第4木曜日(特別乳腺外来) 14:00～16:00
*検査は、女性技師が行います。



【その他】

睡眠時無呼吸検査なども行っていますのでご相談下さい。



対応可能なクレジットカードです。詳しくは、受付窓口でご相談ください。

かりゆし病院送迎バスのご案内

市内方面バス

	＜平日＞	＜土＞
迎	8:00	8:00
	9:00	9:00
	10:00 [DS大浜1番地⇒病院]	10:00
	12:30	
送	10:30	10:30
	11:00	11:00
	12:30	12:30
	13:30	
	15:30 [病院⇒DS大浜1番地]	
	16:30	

大浜方面バス(平日のみ)

迎	10:00DS大浜1番地⇒病院
送	12:30病院⇒DS大浜1番地
迎	13:00DS大浜1番地⇒病院

*日曜・祝祭日の送迎は、ございません。
*土曜日は、12時30分が最終となります。
*到着時刻は、その日の状況により前後いたします。
*走行中のバスへの乗車希望は、お受けできない場合がございます。
*送迎のお迎えを希望される方は、早めのご連絡をお願い致します。

連絡先

市内 便: 080-1533-4845
大浜 便: 080-1714-6518
かりゆし病院: 0980-83-5600

※DS大浜1番地はデイサービス大浜1番地の略です。

病院・介護施設で働いてみませんか！
あなたの資格、眠っていませんか！
その資格を、活かしてみませんか！

募集

職種
看護師
診療放射線技師
介護福祉士
臨床検査技師
セラピスト
介護職
医療事務



一緒に働きたい！
応募してください！

●勤務場所: 医療法人 上善会
かりゆし病院
介護老人保健施設 聖紫花の杜
デイサービス いしがき
デイサービス あらかわ
デイサービス かびら

連絡先

病院 0980-83-5600 (石垣・長浜)
介護事業所 0980-83-5898 (川上)

かりゆし病院についての詳細・最新情報は、下記よりご覧いただけます。



← ホームページ



← フェイスブック

<https://www.kariyushi-hp.com>

かりゆし病院

検索