

かりゆし病院連携室だより



南十字星

2025 年 1 月

かりゆし病院 広報委員会

TEL 0980-83-5600

FAX 0980-88-7575

令和7年1月号 (NO.27)



「日の出～白保海岸」

撮影者 地域連携室:波照間 光茂



新年のごあいさつ



医療法人 上善会
理事長 境田 康二

新年を迎えて

明けましておめでとうございます。

新型コロナウイルスが5類となり、約1年半が経ちました。先日、出張でアメリカに行きましたがほとんどの人がマスクは着用していません。

国内線の飛行機でもマスクを着用している人はごくごく一部となりました。これで現在の感染状態が継続しているわけですから、日本でもほぼ収束状態と言って良いのだと思います。

一方、病院を受診する患者さんはコロナ前と比較して間違いなく、減少しています。これは解熱剤などを確保して安易な病院受診を控えるようにと国が導いたためです。そのためにどこの病院も患者数減に伴い、非常に厳しい経営状態が続いています。当院も然りです。しかし、当院は病院移転という大きな事業を行わなければなりません。台風が来ても雨漏りを心配しなくても良いようにならなければなりません。各区部署とも余裕を持ったスペースで日常診療が行えるようにならなければなりません。そのためにも今年は移転に向けて大きな一歩が踏み出せるような年にして行きたいと思います。皆様のご協力よろしくお願い致します。



参加
無料

2025 講話 開催

令和7年1月13日 月

14:00～15:00

会場

石垣市健康福祉センター
2階視聴覚室

「健康」をテーマに専門職からの
講話を開催します。
市民の皆さん！お待ちしております！

- 医療法人 上善会 介護老人保健施設 聖紫花の杜
- 問い合わせ 0980-83-5898 (担当: 具志・窪田)

第1部 14:00～14:30

「腸は第2の脳だった」

管理栄養士 伊舎堂 奈津子



腸は第2の脳といわれており、
腸内環境は免疫力だけでなく
メンタルにも影響を及ぼしま
す。腸内環境を整えて、体も心
も元気になりましょう！

第2部 14:30～15:00

毎日できる「ながら運動」 ～筋肉もつけて、腸も整い、一石二鳥～

理学療法士 石堂 恵子



日常のちょっとした時間にながら
運動を取り入れてみませんか？
運動を習慣化し体力や筋力や
つけながら、腸も整えていきま
しょう。

備えて安心！防災対策

近年災害が増加しており、防災対策という言葉を見たり聞いたりすることが多くなりました。対策について、まずは簡単なことから始めていくのをおすすめします。例えば、普段買っている食糧のストックを増やして「蓄える」「食べる」「補充する」を繰り返す（ローリングストック）という方法があります。災害はいつ起こるかわかりません。日頃からしっかり備えましょう。

管理栄養士：伊舎堂 奈津子

～ローリングストック～



～災害にお役立ち！パックスッキング～

パックスッキングとは材料と調味料を耐熱ポリ袋に入れ、湯煎で加熱する調理法です。災害でライフラインが使えないときに、少ない水と器具で調理できるので、知っておくと便利です。

この他にもご飯を炊いたり、プリンなどのスイーツもつくることができます。ぜひ試してみてください！



鯖カレー の作り方

材 料
(1人分)

- ・ 鯖の水煮缶 1缶
- ・ 人参 1/4本
- ・ 玉ねぎ 1/4個
- ・ 水 100ml
- ・ ケチャップ 大さじ1
- ・ 粉末カレールウ 1人分
(なければ固形ルウを刻んだもの)

用意
する
もの

- ・ 高密度ポリエチレンの袋
(半透明のカサカサした袋)
- ・ 鍋
- ・ コンロ



- ① 食材、調味料、水をポリ袋に入れて軽くもむ。
- ② 空気をできるだけ抜いて、上の方で結ぶ。(20～30分)
- ③ 鍋で加熱する。
- ④ 加熱されたポリ袋をトングやお玉で取り出す。
- ⑤ 盛り付けて完成！

外国人看護補助職員 入職

医療・介護現場での人手不足は社会問題になっており、当院でも人手不足が深刻化しています。人材確保のため、*特定技能制度(特定技能1号)を利用することになり、昨年11月1日より、ネパールから6名の新しい仲間が入職しました。

*特定技能制度とは

国内人材確保することが困難な状況にある産業分野において、一定の専門性・技能を有する外国人を受け入れることを目的とする制度です。



左3番目から ★シラさん ★アリナさん ★ラビナさん ★アスミタさん ★サビタさん ★ヌニさん



ネパールについてご存知ですか？



ネパールは、インドと中国チベット自治区に囲まれた南アジアの内陸国です。正式名称はネパール連邦民主共和国で、首都はカトマンズです。ネパールの国土の8割が丘陵・山岳地帯で、世界最高峰のエベレストを含むヒマラヤ山脈があります。

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のご遠慮ください。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。



面会制限について



面会許可依頼書の登録：患者様**1名**につき**10名**まで

(ご家族が対象、島外のご家族も可能、症状が無ければ12歳以下の方の面会も可能です)

- 面会の間隔：**週に4回**まで
- 面会時間：**14時から16時**(15分以内)※2階西病棟は**15時から17時**
- 面会時は、**健康チェック表**の記入、**手指衛生**、**マスク着用**をお願いします。

※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下さい→



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



←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、受付へお問い合わせの上、診療されますようお願い致します。



【神経内科】

第2月曜日 9:00～12:00 14:00～17:00
第3月曜日 9:00～12:00 14:00～17:00
第4月曜日 9:00～12:00 14:00～17:00
第4金曜日 9:00～12:00 14:00～17:00
第4土曜日 9:00～12:00
その他、不定期で土曜日の外来もあります。(予約制)

【女性内科】

月曜日・水曜日 14:00～ 女性内科外来(予約制)

【循環器内科】

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

【消化器内科】

上部内視鏡検査 (予約制)
下部内視鏡検査 (予約制)

【リハビリテーション科】

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】

水曜日・木曜日 14:00～16:00
第4木曜日(特別乳腺外来) 14:00～16:00
予約制です。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。

送迎バス時刻表

送り 病院発	迎え 病院発
10:30	8:00
11:00	9:00
12:30	10:00
13:30	12:30
15:30	
16:30	

大浜方面 送迎バス時刻表

10:00 デイサービス大浜1番地発⇒かりゆし病院
12:30 かりゆし病院発⇒デイサービス大浜1番地
13:30 デイサービス大浜1番地発⇒かりゆし病院
15:30 かりゆし病院発⇒デイサービス大浜1番地
*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。
*到着時刻は、その日の状況により前後いたします。
*土曜日は、午前中のみです。
神経内科(渡嘉敷Dr)については、15時の送りがあります。

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



一緒に働きませんか！
応募お待ちしております！

●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・最新情報はホームページ、フェイスブックからご覧いただけます。



← 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