



勝連で〜びる

みんなを笑顔にしタイガー!!



作品：お花紙アート
制作：精神療養病棟の皆さん

広報誌
No.57
2022年
新春号
令和4年1月28日発行

目次	・新年のご挨拶	2
	・新ロゴマーク決定	3
	・新年号企画 「コロナが収束したら、どこに行きたい??」	4

新年のご挨拶



理事長・院長

松原 卓也

明けましておめでとうござ
います。

旧年は、コロナ対策に明け
暮れた年になりました。

幸いにも大きな問題はなく
過ごせた事に、職員一同に感
謝しかありません。

コロナ問題だけでなく、病
院一体となって物事を取り組
む機会になったと思います。

今後、いろいろな困難に
直面するとは思いますが、淡々
と冷静に対処していきたいと
思っております。

恭賀新禧

昨年は手を変え品を変え
やって来る未曾有のコロナ禍
に見舞われ、世界中を震撼さ
せた一年でした。私ども医療
従事者にとっても厳しい環境
下での業務を余儀なくされ、
何よりも患者さんたちがご家
族と気軽ににお会いできない状
況に胸が痛みました。

本年は寅年であります。寅
年は、陽気を孕み胎動を助く
という意味があるようです。

冬来たりなば春遠からじ、
明けない夜はないとも申しま
す。私たちも輝かしい新春に
パンデミックの終息を願いつ
つ、希望をもって歩みたいも
のです。



副院長

盛島 明浩

事務部長

城間 基之

新年あけましておめでと
うございます。

昨年は、新型コロナウイルス
感染症を回避する為、
認知症病棟に屋外エレベ
ーター設置をしました。それ
により各病棟への往来が良
くなり、又、職員の努力や
協力により患者様・職員誰
一人、新型コロナウイルス
感染者を出すことなく、年
を越すことができました。

今年「寅年」です。寅
という文字は「まっすぐに
伸ばす、引つ張る」という
意味があり、草木が伸び始
める状態だとされています。
当院もその意味・状態にあ
やかり、今後も外来や訪問
看護強化に取り組み、又、
感染症対策や働き方改革等
の検討をしながら、職員と
共に日々、邁進したいと思
います。

今年も皆様にとって、良
い年であることを祈願致し
ます。

看護部長

大城 富士江

明けましておめでとうご
ざいます。皆様には爽やか
な新春をお迎えのことと心
からお慶び申し上げます。

さて、長引くコロナ禍で
私たちの生活は変様し、病
院も感染予防対策として、
患者様ご家族様には面会制
限や外出禁止など、ご心配
やご迷惑をお掛けしました。
又、看護、介護職の皆様に
は「医療従事者として意識
して下さい」と色々な面で、
緊張と不自由を掛けさせた
事と思えます。皆様のご理
解とご協力の甲斐あって、
新型コロナウイルス発生を防
ぐことが出来ました。心か
ら感謝申し上げます。

今年も引き続き感染予防
対策に努めるとともに、人
材育成にも力を入れ、より
良い看護介護を目指し頑張
りたいと思えます。今年が
皆様にとって幸せで実り多
い豊かな年になるように心
よりお祈り申し上げます。

ロゴマークが新しくなりました!!



原案作成者
放射線課 主任
齋川 金弘

新しいロゴマークは全職員より応募を募り、39作品が集まりました。
選考委員会及び経営会議メンバーによって、その中から3作品が選ばれ、その後、
全職員の投票で決定した作品をプロがブラッシュアップしました。

どうぞ、新しいロゴマークを末永くよろしくお願い申し上げます。



去る12月1日、糸満郵便局にて「認知症サポーター養成講座」が開催されました。講座の主な内容は、認知症の症状、認知症の方への具体的な対応方法について講習を行ってきました。皆様とても熱心で、基本カリキュラム後も実際の場面を想定した質問が挙がるなど有意義な講座となりました。今後も認知症に対する理解と対応方法を普及する為、様々な活動を展開して参りたいと思います。

認知症サポーター養成講座

in 糸満郵便局

あけましておめでとう!
今年も元気よく、紹介
していくよ〜♪

「コロナが収束したら、 どこに行きたい??」

なんれいこ
南 嶺子



ランキング結果発表!!!

Q1 旅行に行くならどこ?

1 北海道

2 ディズニーランドまたは
ディズニーシー

3 京都

南嶺子が気になる回答

- 他都道府県の桜や紅葉
- 糸満市宇

↑この回答は何だろう???
海外より、まずは国内が
人気なんだね!



Q2 遊びに行くならどこ?

1 カラオケ

2 フェス

3 動物園

南嶺子が気になる回答

- Girls Bar
- 心霊スポット
- 友達に会いたい

心霊スポットは人出が
少ないからOkよ!



Q3 外食に行くならどこ?

1 ホテルバイキング

2 居酒屋

3 焼肉

南嶺子が気になる回答

- マック
- 出店
- 場末のスナック

マックはドライブスルー
もあって便利♪



Q4 参加したいイベントといえば?

1 お祭り

2 歓送迎会

3 結婚式

南嶺子が気になる回答

- シーミー
- 婚活パーティー
- 病院の飲み会、病棟の飲み会

早くみんなで
飲みたいね〜♡♡♡



医療法人 南嶺会 永年勤続表彰



日本精神科病院協会
沖繩精神科病院協会 (30年)

- ・伊敷 リイワイワイ
- ・大城 恵美
- ・金城 八也子



精神保健福祉事業 (25年)

- ・伊波 奈美
- ・奥間 初江
- ・徳元 秀美
- ・名嘉 和枝



沖繩県医師会 (20年)

- ・大城 良子
- ・照屋 林一郎
- ・富盛 敏

日本精神科病院協会・沖繩県精神科病院協会
永年勤続の代表挨拶 (勤続30年)

看護補助者 伊敷 リイワイワイ

勝連病院に入ってから30年になりました。
色々な病院の仲間に助けられました。
その前に紹介させて下さい。フィリピン
からお嫁に来ました。子供は3人いま
す。仕事に入ってから、色んな勉強になり
ました。やっと少しの漢字も読めるよ
うになりました。平仮名とカタカナは
読めます。少しの方言も覚ええました。
少し喋ります。病気にも罹りましたが、
お陰様で元気になりました。色んな病棟
も回りました。ありがとうございます。

入職者紹介

①出身地 ②趣味 ③一言

きん じょう

金城（准看護師）

①糸満市 ②アウトドア全般 ③令和3年9月より入職しております。外科、内科、救急と色々な経験をさせていただいてきましたが、精神科は初めての経験です。チーム医療を意識し、看護を提供できる様に努めていますので、よろしくおねがいします。

た はら

田原（看護師）

①八重瀬町 ②YouTube観賞 ③10月より2病棟で働かせて頂いております。前病院では循環器や集中治療など急性期で勤めており、今回精神科が初めてなので日々学習しながら楽しく働いております。これから宜しくお願いします。コロナ禍で外出ができない今は、休日は娘と一緒にゲームをして過ごしていますが、制限が解除されたら娘を旅行に連れて行ってあげたいと思っています。

きん じょう

金城（看護師）

①糸満市 ②ゴルフ ③9月から6病棟に配属になりました。看護師としてのスタートとなった病院で再び働けることに感謝しております。初心を忘れず、皆様のお役に立てるよう頑張ります。

ニプトウ（看護補助者）

①インドネシア ②ダンス、バドミントン ③勝連病院でちゃんと仕事なれるまでに頑張ると思います。今も介護特定技能のテストは合格しましたので、4月に就職するように仕事を頑張ります。よろしくお願いします。

※個人情報の観点から、姓のみ記載しております。



これ な〜んだ!?

外来駐車場から
一目瞭然です!
認知症病棟の3階・
4階へまいい〜す♪

なん れいこ
南 嶺子



認知症病棟外側に エレベーターを新設しました!

配膳車や患者様を乗せて大活躍中です。(安全に使用するために、出入り口は施錠しています。ご利用の場合は職員へお声かけ下さい。)



いっもと違う視界に少し
ワクワクしますね(笑)
エレベーターを降りると
病棟内と繋がっています。



新年あけましておめでとうございます



1月の行事食 おせち料理

〜勝連病院オリジナル〜

管理栄養士
山下 恵祐

新年あけましておめでとうございます。
当院では患者様が新しい年を健康で楽しく
過ごせるように願いを込め、元旦〜3日まで
はオリジナルおせち料理を提供しました。



1月1日 御品書き

- ・ちらし寿司
- ・すまじ汁
- ・おせち
- ・ケーキ



1月2日 御品書き

- ・ごはん
- ・中身の吸い物
- ・煮物
- ・田芋のりんがく



1月3日 御品書き

- ・赤飯
- ・イナムドッチ
- ・沖縄風天ぷら
- ・もずくの酢の物



免疫力を上げよう!! 腸内環境を整える食事

年末年始の様々な行事により、腸への負担が多くなり、胃腸の不調が多くなる時期になりました。免疫力も下がり、病気になりがちなため、日ごろより腸内環境を整えられるようにしていきましょう。

～健康な腸内環境とは・・・？～

- 腸内細菌は大きく3つにわけられ、善玉菌・日和見菌・悪玉菌があります。健康的な腸内環境として、善玉菌 20%・日和見菌 70%・悪玉菌 10%のバランスを保っている状態だとよく言われます。年末年始の不規則な食事によりバランスが崩れやすいので要注意です△
日頃より善玉菌を増やせるような食事を心がけることが大切ですね◎

～腸内環境を整える食事とは・・・？～

- よくいろんな所で耳にしますが、「和食」がとてもいいといわれます。特に一汁三菜が揃う和食では納豆・味噌汁・漬物などの発酵食品も自然に取り入れることができ、根菜や海藻類も多くの種類を摂取でき腸内環境を整えてくれます★

**ぜひ腸内環境を整えて、
新たな一年を迎えましょう★**

腸内バランスを保つ和食



一汁三菜の和食

- 一汁三菜なら、主食・主菜（魚・肉・豆・大豆製品など）副菜（野菜・海藻）汁物が揃うような食事だと多種多様な食品を摂取可能

植物性乳酸菌を取り入れやすい

- 和食には味噌汁・納豆・漬物などの発酵食品が多く、毎食1品は発酵食品を取り入れるのがおすすめです。



根菜や海藻で食物繊維をとれる



- 煮物や汁物のよく使われる大豆や根菜、海藻には腸が喜ぶ食物繊維が豊富で、毎食取り入れるのがおすすめです。

食物繊維はバランスよく

- 食物繊維はネバネバ野菜や海藻、果物などの水溶性と穀類や豆・根菜きのこなどの不溶性に分けられます。バランスとしては水溶性：不溶性＝1：2の割合を意識できたらGOOD◎



勝連病院案内マップ



場所(バス停付近)	1便	2便	3便
① 勝連病院発	08:30	11:00	14:10
② 摩文仁	08:36	11:06	14:16
③ 糸満晴明病院前	08:38	11:08	14:18
④ 大度	08:39	11:09	14:19
⑤ 米須	08:40	11:10	14:20
⑥ 伊原	08:42	11:12	14:22
⑦ 山城入口	08:43	11:13	14:23
⑧ 波平入口	08:44	11:14	14:24
⑨ 喜屋武	08:48	11:18	14:28
⑩ 名城	08:52	11:22	14:32
⑪ 南部病院前	08:53	11:23	14:34
⑫ 双子橋	08:58	11:28	14:38
⑬ 糸満オークリ	09:00	11:30	14:40
⑭ 照屋	09:02	11:32	14:42
⑮ 高嶺入口	09:04	11:34	14:44
⑯ 賀数	09:08	11:38	14:48
⑰ 当銘	09:10	11:40	14:50
⑱ 志多伯	09:11	11:41	14:51
⑲ 東風平	09:17	11:47	15:10
⑳ 高良	09:21	11:51	15:15
Ⓐ 勝連病院着	09:27	11:57	15:20



※平日のみの運行です。
(土・日・祝祭日は運行ありません)

交通機関

当院より無料送迎車が運行されております。無料送迎車運行ルート上で途中乗車される方は道幅が広く安全な場所で手をあげてお知らせください。ルート上の主要地点を通過するおおよその時間は右上の通りです。

診療科目

◎精神科 ◎心療内科 ◎内科
◎リハビリテーション科
※「認知症・物忘れ外来」も行っています。

診療時間

[外 来] 月曜日～金曜日
午前9時30分～午後5時
[休診日] 土曜日・日曜日・祝祭日

相談窓口

医療福祉相談室
月～金曜日 午前9時30分～午後4時30分

南嶺子プレゼント ～今月の黄金言葉～

“言葉 銭使”



『言葉は銭使い。』

言葉は使い方によっては、お金と同様、善にも悪にもなる性質をもつ。落ち込んでいる人を元気づけることもできるし、人を傷つけ殺してしまうことさえある。だから、お金を使う時のようによく考え、慎重に用いなければならないという教え。

編集後記

明けましておめでとうございます！
連日コロナの話で持ちきりになり、少し気が滅入る事もありましたが、今年も感染対策をしながら健康第一に過ごしたいものです。
さて、毎年新年に目標を立てるのですが、今年も目標は『断捨離女』です。必要なものと不要なものを分け整理する。簡単そうなのですが私は苦手なので、今年もまだ続く。家事時間を有効に断捨離に動かしみたいです。平良

Let's 買い!! (try) (買)

● 募集の投書方法

ご意見、ご感想、相談員への質問などお待ちしております。
(1) 広報誌に関するご意見、ご感想
いつも「勝連で～びる」をご愛読頂き、ありがとうございます。
下記の方法にて気軽に投書してください。

投書方法

- ① 当院のご意見箱に投書
- ② 当院のメールアドレスに送信 (アドレスは下記を参照)
- ③ 当院の広報委員会あて郵送

よろしく
お願い致します