

# 職員リレー紹介



気が付けば木島病院に入社して5年目に突入しました。最初のころは撮影技術もなく患者さんに対する接し方もわからず四苦八苦したことを思い出します。放射線部では一般撮影(レントゲン撮影)、MRI検査、CT検査などの仕事をしています。

レントゲンと言えば写真撮影をイメージすると思いますが、私の広く浅い趣味の一つにカメラがあります。たまたま一眼レフカメラが手に入った事がきっかけで2年ほど前から始めました。一眼レフにはコンパクトカメラにないような絞りやシャッタースピードなど幾つもの撮影条件があります。もちろんオートでの撮影もできますが「こんな写真を撮りたい!」と欲が出てきて設定を色々変えてみたりレンズを変えてみたりと試行錯誤しています。今はデジタルが主流なので自分が納得できるまで何度でも撮っています。先日友人の結婚式に行った際にここぞとばかりに撮影し、枚数が多すぎて後で編集するのがとても大変でした。

仕事でも休日でも2種類のカメラを使い分けていますが、一眼レフカメラの知識はまだまだなので詳しい方教えてください。

左側の写真は石川ミリオンスターズの木田優夫選手との2ショットです。少年時代から野球をしてきた私にとっては憧れの選手であり夢のような写真です!!

# ちょっこしい話

木島病院報

Vol. 73

平成25年8月1日発行  
発行: 木島病院新聞委員会

## あなたの骨は大丈夫ですか?

木島病院 整形外科 岡村 篤

さて、唐突ですが転んで手を突くと手関節の骨折を起こすことはよくあります。特に年齢が上がってくるにつれ、その割合は高くなります。原因の一つは骨粗しょう症にあります。特に女性の場合、閉経後骨の量はぐっと少なくなり、注意が必要です。その他、転んで起こしやすい骨折に脊椎の圧迫骨折、大腿骨近位部(足の付け根)の骨折、上腕骨近位部(肩付近)の骨折などがあります。骨密度を測定し、今どのくらいの骨の量があるのか知っておくことは重要ですが、最近手軽に骨折発生の危険性を計算するものが出てきました。FRAX® というもので、これは今後10年以内に骨折を起こす危険性がどのくらいあるのかを計算するものです。11の質問がありそれに答えるだけで計算ができます。

- 問1 何歳ですか?
- 問2 女性ですか?
- 問3 体重は何Kgですか?
- 問4 身長は何cmですか?
- 問5 以前に骨折した事がありますか?  
(成人してからの骨折で、事故による骨折は含まない)
- 問6 両親に大腿骨近位部(足の付け根)の骨折歴がありますか?
- 問7 現在喫煙していますか?
- 問8 ステロイド薬を服用していますか?
- 問9 関節リウマチにかかっていますか?
- 問10 骨粗しょう症に関連する病気がありますか?  
(成人の骨形成不全症・I型糖尿病・性機能低下症・未治療の甲状腺機能亢進症・45歳未満の早期閉経・慢性栄養失調あるいは慢性肝疾患)
- 問11 アルコールを毎日多く摂取していますか?  
(ビールなら350ml缶2本以上 ワインならグラス3杯以上)

以上に答えるだけで10年以内に主要な骨粗しょう症に関連した骨折の発生リスクが出てきます。15%以上と判定された場合は骨粗しょう症治療をしっかりとっていく必要があるかもしれません。ちなみに私も測定してみましたが0.4%でした。これらを計算する計算器がありますので、ご興味のある方はお声かけしてください。



## 接骨院紹介

かとう接骨院 加藤 泰輔

〒929-1125 石川県かほく市宇野気又125番地240  
TEL.080-3042-2911 FAX.076-283-5657

こんにちは。かとう接骨院の加藤泰輔です。

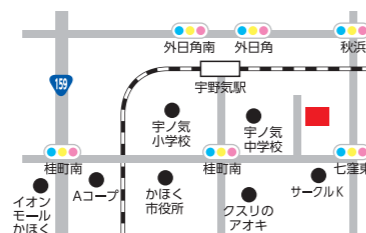
前年度まで木島病院で7年間お世話になり、今年の5月よりかほく市宇野気にて開業しました。木島病院での忙しい日々が懐かしく、寂しい感じがします。

地元に戻り、仕事を開始し、独立することの難しさや責任感に押し潰されそうになってますが、地域の患者さんの優しさや、木島病院で学んだ事が支えとなり頑張れています。

今後も地域の皆さんに信頼されるよう丁寧さを売りに頑張っていきたいと思います。皆さん気軽に遊びに来て下さいね。

時間	曜日	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:30		○	○	○	○	○	8:30 ↓ 13:00
午後 14:30~18:30		○	○	○	/	○	

※休診日/木曜午後、日曜・祝日



## 編集後記

いよいよ夏になりましたね。スポーツをする際はしっかりと水分を補給し、体調に異常を感じたら涼しい場所で休み、熱中症を予防しましょう。また、エアコンによる身体の冷やし過ぎにも注意が必要です。では次回『ちょっこしい74号』もお楽しみに!!

新聞委員一同

木島病院  
TEL (076) 237-9200  
FAX (076) 237-9202

きじま在宅介護センター  
TEL (076) 237-7111  
FAX (076) 237-1199

健康増進施設  
スポーツリハビリ きじま  
TEL (076) 237-9200  
FAX (076) 237-9202

〒920-0011 石川県金沢市松寺町子41番地1

病院ホームページアドレス <http://www.kijima-hp.or.jp/>



## 再来受付機について

新しい再来受付機が導入され、1年以上経ちました。初めてご来院される方や、前の受診日から日があいている方のためにも受付機の特徴について説明します。

### 1 ご希望の診療担当医の選択が出来る

複数の医師が出ている際は、医師の指定が出来ます。しかし、医師を指定することによってお待ち時間が長くなる場合もありますのでご了承下さい。

### 2 当日のご自身の予定が確認出来る

診察券を入れていただくと自動で当日のご予約状況が画面に表示されます。MRI 検査の時間帯、入院・手術などの予定が確認出来ます。

### 3 前回来院より 3 ヶ月経過した方は窓口へ

3 ヶ月経過すると再来受付機で受付が出来なくなります。一度、窓口のスタッフにお申し出下さい。

### 4 リハビリをしに来たという方も…

診察が必要ですので、まずは機械で受付をして下さい。

機械の操作が困難な場合や、不明な点がございましたらお気軽に声をかけて下さい。

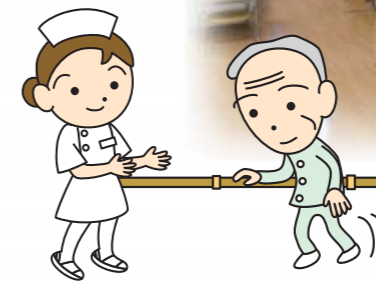


## リハビリ室リニューアル

この度、アスレチックリハビリ棟が完成したと同時にリハビリ室も大幅に改修しました!!

体育館ほどではありませんが広くなったリハビリ室は開放感があり評判も上々です。

心機一転☆患者さんに良いリハビリと元気を提供できるように頑張ります♪



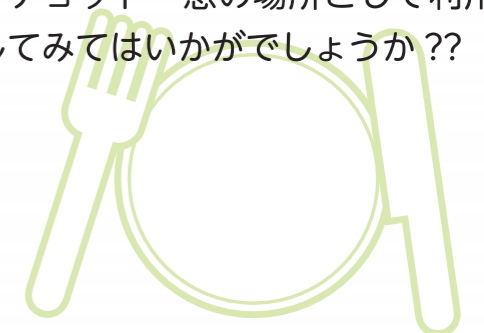
## 食堂リニューアル



5月8日から食堂がリニューアルされました。

患者さんからは、「椅子と机がおしゃれになったね」「ガラスの模様が素敵だね～」と大好評です。

チョット一息の場所として利用してみたいかがでしょうか??



## 医局 ユニフォーム変更

病院といえば白い白衣!平成6年木島病院創立以来白い白衣を着用していましたが、今回体育館の創設と共に病院 = 白い白衣のイメージを一新し、男子は黒・女子は紫色の白衣と真逆の色を選んでみました。

ちなみにコンセプトは『スタイリッシュかつスポーティー&ブリティッシュ』、コンセプトのようにビシッとした気持ちで今後も頑張っていきます。



## センターだより

毎日使う歯ブラシ、皆さんきちんとお手入れしていますか？実は濡れたままの歯ブラシは雑菌が繁殖しやすくなるのです。口の中は雑菌が多く、その中には虫歯や歯周病菌の他、風邪や肝炎などの各種伝染性疾患の原因菌が含まれていることもあります。

食べカスなどで汚れた歯ブラシを濡れたまま保管していると、歯ブラシの中で細菌が増殖しますので、使用後はよく洗って乾燥させ、出来れば日光に当てることをおすすめします。

今まで口腔ケアを行なってきましたが、コップの中に水がたまったまま歯ブラシの毛先を下にして保管しているのを見かけました。カビやばい菌は食べ物のカスやゴミや汚れ、湿気が大好きです。そのままにしておくと、雑菌が増殖し、肺炎やインフルエンザにかかるなんてことにもなりかねません。

通所リハビリテーションでは平成25年5月より、雑菌の増殖を防ぐ為に、歯ブラシ立てをリニューアルしました。改善したいと試行錯誤した結果、現在の歯ブラシ立てにいたしました。お天気の良い日にはおひさまの殺菌パワーをいただきながら、歯ブラシを日光浴させています。

何気なく使う歯ブラシですが、少しの工夫で清潔を保ち、健康に過ごすことができます。皆さんも是非、歯ブラシをおひさまにあててみてくださいね。

きじま在宅介護支援センター通所リハビリ



## 地域交流会だより

6月8日(土)第24階地域交流会を約80名の参加者にて開催しました。

内容は竹内院長の講演「ロコトレ：運動器症候群トレーニング」と介護センター事務長の林さんを含めたバンド「パーファイブ」の演奏会でした。

今回より新築アスレチック棟で行い、広い空間(大きなプロジェクター画面と音響)を活用しての講演と演奏会で、参加者の皆様には再度、運動の重要さと、生演奏を聴くことが出来た一時でした。次回をお楽しみに。

地域交流会委員



## 新人職員紹介



看護師

整形外科も手術室の経験もないのでスタッフの方々にはご迷惑を掛けていますが、早く仕事を覚えるように努力していきたいです。



看護師

整形は初めてで分からない事だらけですが早く慣れる様に頑張ります。家では娘達と少女時代を踊ったり、ワンの世話で毎日が大変です。よろしくお願いします。



診療放射線技師

趣味を登山にしようと思いい、今年富士山登山にチャレンジします。明るく元気に頑張りますので宜しくお願いします。



看護師

まだまだ覚える事がたくさんあって余裕がありませんが、一つ一つ丁寧に心がけて頑張ります。よろしくお願いします。



看護師

初めての整形外科病棟での勤務のため、毎日が勉強です。早く仕事を覚えて職場に馴染める頑張りますのでよろしくお願いします。



看護師

正看護師を目指して学校へ通っています。学生と仕事の両立は大変ですが頑張ります。



看護師

私は、美味しいお菓子やケーキ、パンが大好きなため、腰圍が90cmを超えてしまいメタボリック症候群の仲間入りをしました。こんな私ですが、よろしくお願いします。



看護補助

趣味はマラソンで秋には大会が沢山あるので自己新記録目指し頑張っています。いつか100キロマラソンにも挑戦してみたいです。



看護師

5月から一般病棟で働かせていただいています。普段はゴルフをしたり、ジムに行ったりと体力づくりに励んでいます。これから早く仕事場の雰囲気になじんで楽しく仕事をしていきたいと思っていますので、よろしくお願いします。



看護師

「笑顔が一番」をモットーに毎日頑張っています。人見知りをする私ですが、早く馴染めるよう頑張ります。好きなものは猫と海です。

