

新年のご挨拶

本年もよろしくお願ひ致します

新新徳新聞

第48号
2010年2月

発行日：2010年1月31日(第1版第1刷)

目次

2面
新年のご挨拶

3面
新任医師のご紹介
ピアノコンサート開催

4面
そのお腹、内臓脂肪を
ためてませんか?

地域医療の一翼を担う責任感を持つて



院長
笹壁 弘嗣

新年あけましておめでとうございます。

開院12年目に入りました。皆様のおかげで地域医療の一翼を担えるようになってきましたが、本年1月に地元の医師会の一員となることができました。これまで以上に他の病院や診療所との連携を深めて、徳田理事長の「生命だけは平等だ」の理念を新庄最上地域に広めていきたいと思ひます。

「医療崩壊」という言葉を耳にすることが多くなりました。

当院の医師不足も相変わらずの状態が続いており、目指す医療と現実の医療とのギャップに忸怩たるものがあります。しかし病院の灯を消さないことで、いつか新しい展望を開けると信じています。幸い新たな介護施設が来年度中には完成のめどが立ち、また最上地域に老健施設の建設も計画中です。目の前の小さな問題を一つ一つ解決しながら、身の丈にあつた貢献をしていきたいと思ひます。

患者さんにとって、地域の皆さんにとって、そして職員にとってよい病院を今後とも目指していきます。本年もよろしくお願ひします。



友を想ひ、健康に感謝



健康友の会 会長
須藤 喜一郎

あけましておめでとうございます。

皆様には益々ご清祥にて新年をお迎えなされ衷心よりお慶び申し上げます。

さて私は昨年米寿を祝ひ、数え八十九歳になりました。

四年半近くの軍隊生活。満洲、北支、サイパン、パラオと轉戦し、米軍の潜水艦の攻撃により輸送船を沈められ、救命胴衣を着け木片につかまって二十時間も波間を彷徨つたり、昭和十九年六月十一日朝四時にサイパンを出港した為玉砕を免れたものの、輸送船上でグラマン二十四機の攻撃を受け部下の小谷川上等兵が戦死、漸く辿りついたパラオに上陸するやペリリユー島が玉砕、連日B-29の爆撃等々よくも運が強く生きて歸れたものと

つくづく想ひます。また二百枚以上もあつた年賀状が百枚そこそこになり、同級生や戦友の数もめっきり減つてしまい、何時も寂寥を感じる年賀状の整理ですが、健康に感謝し、若くして戦死した戦友の分も長生きしなければと心を新たにしております。「健康第一」を、心掛け、一寸でも異常を感じたら、いち早く徳洲会病院に駆け込み先生のご指示に従う等、常に「ピンピンコロリ」を信条として本年も頑張りたいと思ひます。皆様のご理解とご援助をお願ひ致します。



新年のご挨拶

本年もよろしくお願ひ致します

明るく良い年に



看護部長
大友 絹子



新年明けましておめでとうございます。

一月は「正月」「睦月」です。

皆様には、ご家族睦び合ってお健やかな年始をお迎えのこととお慶び申し上げます。

平成二十二年寅年の初めに当たって、私の好きな詩を紹介させていただきたいと存じます。

好きとか嫌いとか 損した得したとか

感情はけっこうそうつきだから相手にしない

喜怒哀楽なんて コロコロ変わるから

でも 湧きあがる感情を

抑え込むことは しない

喜怒哀楽を ぜんぶ 楽しむのさ

せつかく人生という旅で出会う景色だからね

あなた自身の人生 あなた自身の未来

あなた自身が 選び

あなた自身が 責任を取るのだよ

(森羅万象 万象学研究所編より)



明るい良い年になりますようにお祈り申し上げますと共に相変わらずのご支援をよろしくお願ひ申し上げます。

医師不足の解消に務めます



事務長
成田 政彦

新年明けましておめでとうございます。

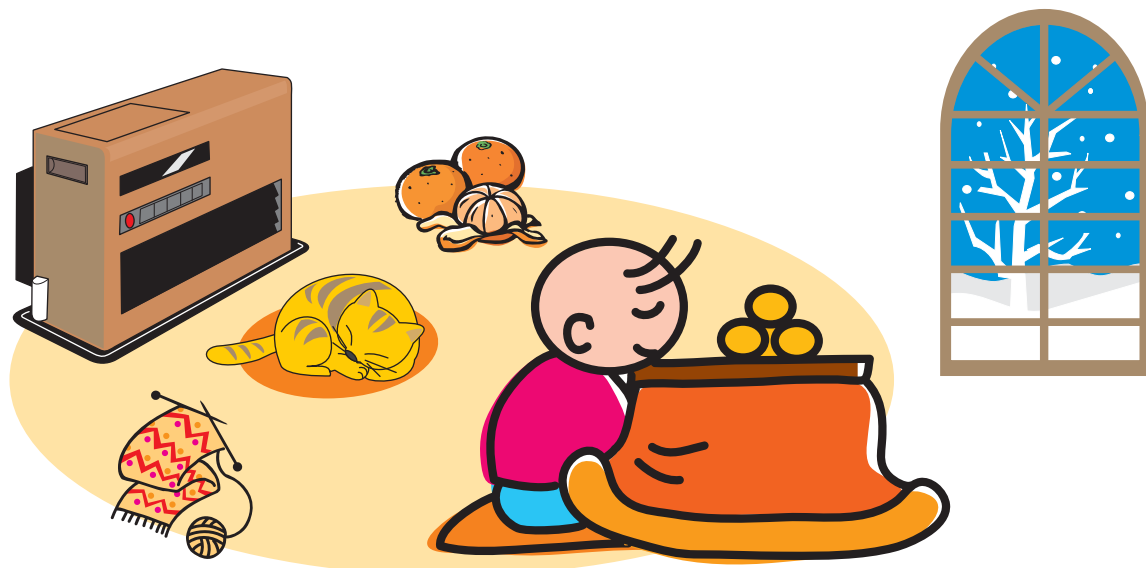
昨年は開院から10年を過ぎた節目の年を無事に乗り越えることができてまして、改めて関係各位に感謝申し上げます。

昨今、日本のほとんど全ての産業が浮上できずに喘いでいる中、医療、福祉を取り巻く環境も例に漏れず年を追うごとに厳しくなってきましたが、それでも保険収入は保証されている訳で、他の業種に比べればまだ保護されている分野かと思えます。

もちろん、市民の皆様の生命と健康を守るよう任されているからではありませんが、

そういう役割からいくと、当院の医師不足の現状では大変申し訳ない次第です。

今年も、徳洲会の全面的なバックアップのもと、医師不足を少しでも解消できるよう努めて参ります。今後ともよろしくお願ひ致します。





氏名

こうさき あきひろ

幸崎 晃浩

診療科

内科一般

出身地

大阪府八尾市

私事ですが、1月2日長男に娘が生まれました。遂におじいちゃんになってしまいました。まだおじいちゃんと呼ばれたくないのですが。

鹿児島でもそうでしたが山形でも医療講演をしたいと思います。あまり難しい話はしません。脳卒中、心筋梗塞、癌、特定検診、糖尿病などの病気をわかりやすくお話しします。気軽に聴きにきて下さい。

新任医師 の ご紹介

皆さんよろしく
お願いします。



クリスマス コンサート 開催しました



12月21日(月)、ピアニストの山季布枝さんと岳本恭治さんをお招きし、通所リハビリテーション室を会場にしてクリスマスピアノコンサートを開催しました。

会場には、患者さんやそのご家族、地域の方の皆さん、そして職員など昼夜合わせて約110名が集まりました。

コンサートでは、「愛のあいさつ」や「英雄ポロネーズ」などに加え、「クリスマスの鐘」や「もみの木」、「ジングルベル」、「赤鼻のトナカイ」などが演奏され、一足早いクリスマス会の雰囲気を楽しみました。また、今回夜の部では岳本さんのピアノ伴奏に合わせ、当院の看護師がヴァイオリンで「G線上のアリア」を披露しました。

翌22日には、ピノキオ保育園で幼児リトミックを行い、15名の園児が参加しました。山季さんのピアノに合わせて、園児達は岳本さんと一緒に元気いっぱい歌ったり、体を動かしたりしました。



ポッコリ

「最近、お腹が出てきた」と思ったら

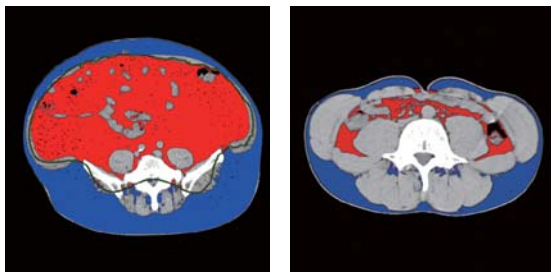
そのお腹、**内臓脂肪**

をためてませんか？



● 内臓脂肪とは、どんな脂肪？

(図1) CT装置で撮影した腹部の断面
内臓脂肪が多い 内臓脂肪が少ない

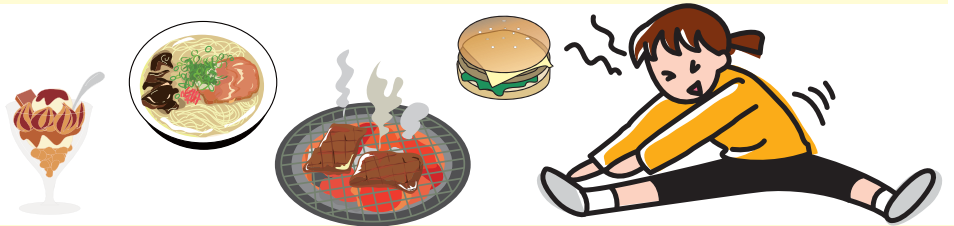


■ 皮下脂肪 ■ 内臓脂肪

内臓脂肪は、その名の通り**内臓の周り**につく脂肪です。そのため、外から見たり摘んだりできません。つまり、体の中に**隠れた**脂肪なのです。

この隠れた脂肪を実際に見るには、CT装置を用いて腹部の断面を撮影します。図1の**赤い**部分が**内臓脂肪**、**青い**部分が**皮下脂肪**です。

● 内臓脂肪が増えるとどうなる？



過食や運動不足などによる内臓脂肪の蓄積は、糖尿病や高血圧、高脂血症といった生活習慣病を招きます。

皆さんご存知の「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」は、内臓脂肪の蓄積(※1)に高血糖・高血圧・高脂血症のうち2つ以上該当する状態のことで、そのまま放置すれば**動脈硬化**が進行し、やがて脳卒中や心筋梗塞などの起こる可能性があります。

※1 基準値は、CT装置測定の場合、男女とも内臓脂肪面積 100 cm²以上。または、腹囲(おへそ周り)が男性 85 cm以上、女性 90 cm以上。

● まずは、CT装置を使って内臓脂肪を自分の目で確かめましょう。



よく内臓脂肪は「普通預金」、皮下脂肪は「定期預金」に例えられます。これは、皮下脂肪は落ちにくく、内臓脂肪はつきやすく落ちやすい性質から言われるものです。

まずは、ご自身の目で脂肪を確認し、今後の生活習慣改善の動機づけにするため、CT装置を使った測定をご利用ください。



**生活習慣の見直しに
ご利用下さい**