

# 石井クリニック だより

## 第35号

医療法人 葦の会  
石井クリニック  
発行責任者 野口 英雄  
編集責任者 武田 光宏  
〒361-0037  
埼玉県行田市大字下忍1089-1  
TEL(048)555-3519

### 二律背反 石井 義則

この文章を書いている五半月の現在、鳩山発言で普天間問題が新聞紙面を賑わせています。中国や北朝鮮の動向をみれば、日本の国防にとって現実的に基地は必要であり、アメリカとの関係は損ねることはできません。しかし、沖縄県民にとっては、経済効果という若干のプラスはあるにせよ騒音や航空事故、アメリカ兵の犯罪などマイナスマネジメントが必要ありません。沖縄の人が出て行って欲しいものを他の地域の人が欲しいか？ 欲しくはありません。

こういった二律背反の事例は、どこにでも見受けられます。学生さんであれば勉強はしたくないが、成績を伸ばしたい、納税者であれば、税金は安いほうが良いが、社会保障をもっと充実させて欲しい、労働者であれば、あまり働きたくないが、給料・ボーナスを増やして欲しいなど枚挙にいとまがありません。

我々医療者も二律背反の重い課題がいつも話題に上ります。患者さんからの要望では、十分な説明を受けたいが、待ち時間は少ない方がよいなどが代表的なものです。医療者も労働者であり通常一日八時間労働です。一人の患者さんに長くかかれば、他の患者さん

はその分だけ待ち時間が長くなり、診療できる患者さんの数は減ります。また、医療者の間では、日常診療から得た研究成果を発表したいが、多くの学会は平日開催であり診療を休まなくてはならず返って患者さんに迷惑をかけてしまう、などなど。

もしかすると当院のモットーである診療所としての温かさを残しながらレベルの高い医療を提供するというのも二律背反なことなのかもしれません。しかし、何とかその両立のために、スタッフ一同、日常診療に一日の大半の時間を費やしながら、学会発表や論文作成のための努力を継続しております。写真は三月のアメリカ整形外科学会と御一緒した東北大、新潟大、奈良県立医大の教授とのスナップです。我々の発表を無事終えたことはもちろん、お忙しい先生方から最新の情報を収集することができました。当院での治療を希望される患者さんに最新の情報を提供するために。



## bjリーグ2009-2010 シーズンを終了して

野口 英雄

今年もbjリーグのレギュラーシーズンが終了しました。残念ながら埼玉ブロンコスも今年もまたプレイオフへの戦いの場に立つことなく、一足先にオフに入りました。我々は勝てるチームにすることは出来ませんが、リーグ随一のメデイカルサポートを今後も続けられるようスタッフ一同頑張っていきたいと思っております。

さて、日本のバスケットボール界にとって朗報がありました。今年4月にはbjリーグが日本バスケットボール協会傘下に入り今後日本代表に選出されるようになるとともに、2013年にはJBLとbjリーグが統合して次世代型新リーグを立ち上げることが発表されました。ようやくbjリーグに在籍する選手が陽の当たる場所へ出て来られるようになったというのが素直な感想です。ところがJBLの企業チームは年間の運営費が約5億円といわれています。対するbjリーグは2億円。この差を見るだけでも両リーグが統合することの難しさがわかります。加えて東京に3チーム、大阪、愛

知に2チームが集中するフランチャイズの問題、メデイカル面でもチームへの帯同やドーピング対策など問題は山積しています。それでもこの困難な作業をやり遂げてこそ、野球、サッカーに次ぐプロリーグの繁栄があるのだと思います。

JBLでも、田臥勇太を擁するプロチームのリンク栃木ブレックスがトヨタ、アイシンなどの並みいる大企業チームを撃破して初優勝し、世間の関心が高まっています。世の中は不景気で閉塞感が漂っていますが、バスケットボール界には間違いなく追い風が吹いています。若者がプロバスケットボール選手になりたいという夢を持てるような未来のために、オジサンたちは頑張らなくてはなりませんし、我々も微力ながら協力したいと思っております。



今季最終戦。勝利に向けて一丸のブロンコスベンチ

### 城東整形外科(秋田) 超音波診断研修

武田 光宏

この度、平成二十二年四月一、二日に、かねてから切望しておりました秋田市の城東整形外科へ、整形外科超音波診断の第一人者である皆川先生の超音波診断を駆使した外来を見学させていただくために行っていました。城東整形外科は当院と同じ診療形態の手術も行っている有床診療所で、毎日六〇人以上の外来患者、週十件以上の全身麻酔手術、年間一七〇件の人工関節手術を精力的にこなしており、当院がお手本にするべきクリニックの一つです。そのような多忙の環境下で、実際どのように診療を行っているかを参考にしておくべく研修してまいりました。

皆川先生は二つの診察室を一つは超音波診断装置を常設しておき、超音波で診察する方はこちらを使用し、もう一つは、創処置や注射の方に使用していました。その割り振りは、専属の看護師が行っており、医師の診察パターンを熟知しており、阿吽の呼吸で適切に行われていました。超音波診断は、画面で、瞬時に、リアルタイムに患者さん自身に障害の有無、部位、程度を示せるため、診察時間は一人当たり数分と長くはなかったが、患者さんは皆、納得

および満足して退室している印象を受けました。最新鋭の超音波診断装置を使用しており、その機能の一つのエラストグラフィという組織の硬さを定量評価できる方法もご教示いただき、今後の臨床研究に対するヒントもいただきました。

その他に気づいたことは、月間外来担当医師表が掲示しており、患者さんの受診日決定の参考になるものと思われた。また、すぐ横にコンビニエンスストアがあるため、外来・入院患者、付き添い・お見舞いの方や職員にとって利便性があると感じました。

県都である秋田市でJR秋田駅前的好立地のため、秋田県全域から患者さんが集まってくるような状況で、当院と単純には比較できませんが、大変参考になり、今後の診療に活かしていきたいと思えます。



### 右井クリニック☆リニューアル☆

看護課 杉若 晴美

石井クリニックは今年で創立三十三年。歴史とともに各箇所の老朽化や不便を感じる場面も多くなっておりました。そんな中、今年初めから休日を利用してながらクリニック全体を少しずつリニューアルしてまいりました。病棟では木材部分のペンキの塗り直しから始まり、全てのカーテン、ベッドを新しいものに取替え、その配色に合わせ、リネンの色も変えました。また快適に過ごして頂けるよう、各病室に掛け時計、ベッドサイドにはタンスを設置させて頂きました。特に個室は、新たにサイドボードを設置。テレビはブラウン管から薄型に取替え、さらに癒やし系の絵画を飾ることで、落ち着いた雰囲気演出させて頂きました。外来部門でも受付オープンスペースの拡大・壁紙、カーテンの交換・大型薄型テレビの設置など大幅にリニューアルしてあります。お気づきになりましたでしょうか。



### 看護師国家試験合格しました

土屋 千鶴

「いつか取得したい!でも現実には家庭・仕事・子育て・無理だあ〜。」と諦めていました。しかし子供も成長し、「この時期を逃したら、もう行けないぞ!」と進学を決心しました。勉強時間を作ることに苦労しましたが、周りの人達に支えられたいおかげで合格出来ました。この歳で進学する事は決して楽ではありませんが、自分を奮い立たせ、毎日を過ごしました。「物事に集中すれば出来ないことはない!」この経験を仕事に活かしていきたいと思えます。

島崎 三千枝

私が勉強を始めたのは三年前のことです。動機は研究熱心な先生方の下自分も知識を深め、より質の高い看護をしたいと思ったからです。勉強と仕事、家事を同時にやっていくことが出来るかと不安でした。実際は思った以上に大変で、物凄分量のレポート提出にはとても苦労しました。しかし学校での講義や実習では新しく知ることが多く、本当に良い経験になりました。この三年間、職場の皆さんには大変お世話になりました。通学や試験などで仕事に支障をきたすこともありましたが、いつも励まし支えてくれたことに感謝しています。今後はこの経験を仕事に活かし頑張ります。

### レントゲン室の壁紙チェンジ!

放射線課 石井 寿徳

先頃、石井クリニックで使われているカーテンの多くが変更されました。皆さん、気が付きましたか?当然、放射線科もその一環でカーテンを変えてイメージチェンジ!と思いきや、放射線科にはそもそも窓がない...

そこで奥の手。他の場所がカーテンでイメージチェンジを図るなら、レントゲン室は大胆にも壁紙を変えてイメージチェンジ!今までも壁にポスターを貼って『レントゲン室らしくないレントゲン室』にしていましたが、さすがにポスターも三年も同じものは新鮮味に欠けてきます。

そこで今回は『ポップに明るいレントゲン室』をテーマにカラフルな水玉模様の壁紙をチョイス。以前に比べかなり明るい感じに変わりました。

白黒写真ではこの感じが伝わりません、今回写真は掲載しませんが、レントゲン写真を撮影するときに、余裕のある方は壁紙にもちょいとばかり注目してみてください。

# 新職員紹介

リハビリテーション科  
名前 籠島 (かこしま)



一言 石井クリニックのスタッフは、いつも楽しく明るく元気です。私も一日も早く石井クリニックの顔になれるように、一生懸命がんばります。よろしくお祈りします！

リハビリテーション科  
名前 大塚 (おおつか)



一言 石井クリニックにいますと、私自身が皆さんから元気をいただいています。私も皆さんに負けなようにたくさんの方へ元気を与えられるように頑張ります

リハビリテーション科  
名前 毛利 (もうり)



一言 三月に入職して、だいぶ石井クリニックにも慣れてきました。皆さんに早く顔を覚えてもらえるように頑張っていきたいと思えます。よろしくお祈りします。

リハビリテーション科  
名前 野澤 (のざわ)



一言 だんだん暑くなってきました。暑さに負けず皆さんが快適に過ごせる様に頑張りたいと思います。よろしくお祈りします。

リハビリテーション科  
名前 森 (もり)



一言 皆さん初めまして。石井クリニックに入職してから楽しい日々が続いています。楽しい日々を皆さんにも過ごしていただくために一生懸命頑張ります。よろしくお祈りがいします。

介護課  
名前 木田 (きだ)



一言 たくさん分からない事があり、迷惑をおかけすることもあると思いますが、皆さんに笑顔をあたえられるような職員になれるよう一生懸命頑張ります。宜しくお願いいたします！

## 介護の現場から

### ケアマネージャー資格取得を目指して

介護福祉士 大堀 範子

『元気いっぱい』で働くようになって三年半が経ちました。その間に、先輩や同僚の皆さんの仕事への取り組みの一生懸命さに触発され、私も何か自己啓発しなければという思いに目覚めました。

二年ほど前、以前住んでいた千葉の友人から相談を受けました。彼女は慢性関節リウマチと骨粗鬆症を患っており、子供たちの協力を得ながら生活をしていいますが、出産や子育てで忙しく、また、彼女の症状がさらに悪化してきたこともあり、「介護認定を受けたいが、今の生活の状態ではどんなサービスが受けられる？」との問い合わせでした。彼女とは遠く離れていて手助けもできず、相談されても適切なアドバイスをする事もできず、自分の知識不足を痛感しました。

この事をきっかけに、ケアマネージャーの勉強をすれば、何か彼女のお手伝いや良いアドバイスができるのではとの思いが生まれ、資格試験に挑戦し、この春合格する事ができました。

しかし、馴れないケアマネージャーの研修で講習を聞いたり、ケアプランを立てる演習を行い、資料作成にも四苦八苦。その後利用者様と協力をお願いし、実際にケアプランを立てるにあたり必要な社会資源(居宅・施設・福祉用具サービスなど)を幅広く活用する術や物事を深く知る必要性を実感するなど、私の力量不足を痛感する貴重な体験をしています。

今私はスタートラインに立っています。

もつと介護の現場で経験を積み、色々な事を考え、行動することで将来的には、これまでの職務経験を生かし、ケアマネージャーとして、利用者様にも友人にも喜んでもらえる様な仕事が出来たらと思っています。

## 投球用ネットを購入しました

リハビリテーション科 小平 怜

当クリニックではスポーツ障害で来院する患者様が数多くいらっしゃいます。スポーツ復帰させる際に必要なことは、そのスポーツ特有の動作を分析することです。野球は特に「野球肩、野球肘」といった野球特有の障害があり、投球フォームの破綻も非常に影響します。今回、投球用ネットを購入したことにより、実際の投球フォームがどこで崩れているかという評価ができるようになりました。

野球のみならず、他の球技のフォームの確認も今回のネットを用いて可能です。何かスポーツをしていて、「私のこのフォームが気になるわ!」という方、私たちにお声掛けください!



投球障害の治療の流れ

# お料理もう一品

## 栄養・給食係

## 茄子の冷製

### ■材料 (4人分)

- ・なす3~4本
  - ・トマト1/2個
  - ・長葱1/4本
  - ・大葉1枚
- (ソース)  
ごま油大さじ1.5、醤油大さじ3、  
砂糖大さじ1、酒大さじ1、  
おろし生姜小さじ1/2  
\*お好みですりごま大さじ1

### ■作り方

- ①茄子を8等分に切り、水にくぐらせ電子レンジにかける。  
\*1本につき電子レンジ(600W)で1分30秒
- ②粗熱が取れたら冷蔵庫で冷す。
- ③ソースの材料を合わせ、電子レンジに50秒ほどかけて冷ます。
- ④茄子を皿に並べ、トマトを盛り付け、刻んだ長葱と大葉を散らしソースをかける。



## 自分に合った靴選びを!

ステツプアップ 川畑 和子

「老化は足から」と言われるように、年を取ると転びやすくなったり、疲れやすくなったりします。年を重ねると、運動神経が鈍り、筋力が落ち、歩く時にすり足になったり、脚が上がらずに歩幅が狭くなりつまずきやすくなります。

高齢者の場合、転倒して骨折すると、寝たきりになってしまう心配もあり、自分に合った靴選びが大切となります。

転倒しにくく、快適に歩ける自分に合った靴選びのポイントは一、靴の中で足が動かないようにくるぶしをしっかり覆い、ひもか面ファスナーで締め付け具合を調整できるタイプのもの。

二、靴底の先端が、少し反っていないもの。

三、軽すぎるとかかとがつぶれやすいため、適度な重さのもの。

四、試着の時は、爪先を靴の先まで入れて、かかとと靴の間に小指の先が入るサイズのもの。

五、靴の爪先部分の形は、足の形に合わせて広めのもの。

六、全体が、ねじれたり軟らかすぎたりしないもの。

七、ヒールの高さは3センチ前後で、ヒールの前端に角がないもの。

自分の足に合った靴選びをして、快適・安全な歩行を目指しましょう。

## 人工関節友の会

医事課 茂木 香織

去る三月二十日、行田市の商工会議所にて「人工関節友の会」のお花見会が開催されました。今年も人工関節友の会のみなさん・職員を含め多くの方が参加しました。

お花見会では、職員が催し物を用意しており、この日のために練習・準備を重ねてきました。お花見会が始まって以来の初のテレビ撮影ということで、行田ケーブルテレビの方にきて頂き、お花見会の模様を撮影して頂きました。

みなさん初めは緊張されていたかと思いますが、石井クリニック職員による「大喜利」・新人職員の出し物によるダンスの披露・リハビリスタッフの結成グループによる歌のライブと、時が経つにつれ会場は笑顔で溢れていきました。

私は、そんなみなさんの笑顔からたくさんパワーを頂き、とても温かい気持ちになりました。楽しい一時を過ごすことができました。

来年も「人工関節友の会」お花見会にて、元気なみなさんにお会いできる事を楽しみにしています。

今後も職員一同協力し、頑張って参りますので宜しくお願いします。



## 新人研修を終えて

医事課 内田 実沙

三月十五日から六週間にわたって行われた新人研修では、医療部門だけでなく介護部門にも携わることができ、とても良い経験になりました。

医療部門ではリハビリ室や手術室などを見学させて頂き、各部署の業務を把握することで改めて自分の役割を実感しました。介護部門では利用者さんと一緒に話をしたり、運動をしたりと楽しい時間を過ごすことができました。

また、研修を通して多くの患者様、利用者様と触れ合うことができました。その中で「石井クリニックに来て良かった」という多くの言葉を頂きました。

今後、一人でも多くの患者様、利用者様にそう思っていただけのように私も石井クリニックの一員として頑張りますので、よろしくお願い致します。



4月より明細書を発行しています。不要の方は受付にお声かけ下さい。

## 外来診療医師担当表(整形外科・リハビリ科)

	月	火	水	木	金	土	日(9時~11時)
午前	一診 佐藤	二診 佐藤	交代 (原則2診)	武田	武田	交代	交代
午後	一診 武田	二診 野口	交代 (原則2診)	野口	石井	交代	

※日曜日午前診療 9時~11時・水曜日午後診療 16時~18時  
※内科外来・肩外来・リウマチ外来を月1回行っております。  
※平成22年5月より、担当表が変更となりました。

## 編集後記

季節が暑く夏へと衣替えを始める中、私の愛車も先月ようやく夏タイヤへの履き替えを終えました。皆さまいかがお過ごしでしょうか。皆さま、35号いかがでしたか。冒頭の記事で石井理事長が「二律背反」という言葉を取り上げましたが、私も「一人暮らしの寂しさもありベッドでも飼いたいけど、世話はしたくない」「休みの日の朝からいっしょに寝て寝て寝ていない」「運動不足の解消にスポーツを始めたいけど、休みの日はゆっくり休みたい」となどなど、わがままばかりの二律背反に追われるような毎日です(笑)。皆さんはどうでしょうか。うまい編集後記のまようほうとうとうわかりませんが、皆さま、夏の暑さに負けず健康には十分に気をつけてお過ごし下さい。