

# ちよっこしい話

木島病院報

## アフターコロナの生活と

Vol. 110

令和5年6月発行  
発行：木島病院新聞委員会

医師 岡村 篤



木島病院、整形外科の岡村 篤です。

2019年末から始まった新型コロナウイルス感染症も5類へと変更となりました。人々の生活も徐々に平常に戻りつつあることが実感されてきているかと思います。

マスク着用の緩和もされ、街には賑わいも戻りつつありますし、外国人観光客の姿も多く目にするようになってきました。

学会への参加は今まではオンラインがほとんどでしたが、先日現地へ赴き、学会へ参加してきました。論文や雑誌にて新しい知識を得る、今までの知識をアップデートするということは出来ますが、実際に学会に参加することによって、新たに知識を得やすいということがありますし、今行っている治療においてどういった問題点があるのか、どういったメリットがあるのか、ほかにどういった方法、手段があるのかなどを吸収することができますので、参加することは大切なことだと思っていますし、それを実際の治療に反映させ、よりよい医療を提供できるようにと思っています。

現地に行くことで、同じように目的を持った医師が集まっていますのでとても刺激が得られますし、こういう風にすればよいのかというヒントや新たな気づきが得られるということも多く、今回も刺激を受けて帰ってきました。また、まだまだだなということも思い知り、新たに自分を研鑽していく必要があるということも感じます。カッコいいことを書いていますが、なかなか行動に移すことは難しいものです。

ただこういった機会をきっかけに、今までやろうと思っていたことを新たに始めるきっかけになるでしょうから、熱い思いが冷めないうちに、とりかかろうと思っています。

### 私も知命の歳となりました

自分の人生は何のためにあるのかを悟ったということですが、まだよくわかっていません。今は昔と比べて年齢の7かけくらいとも言っている方もいるので、そう考えると自分はまだ30代、若いと思ってやっついこうと思っています。筋トレもさぼっていたので、そろそろ再開しましょうか。

## 史上初の9連覇達成と名将 荷川取監督の勇退

医師 北岡 克彦



未踏の記録と共に勇退である。荷川取監督とは同級生であり、沖縄浦添高校から中部工大、湧永製薬へと進み、1988年のソウルオリンピックに出場し、1993年から北國銀行のスタッフとなった。2年目で監督となり、長く苦しいシーズンを経験して無双のチームを作った。

贈り物にはポータークラシックのアロハシャツを選んだ。サイズは優勝時のハグから推察したがジャストサイズであった。今後は日本ハンドボール協会ハイパフォーマンスアシスタントディレクターに就任し、ハンドボールに少しでも恩返しをしたいと話す。

今季はレギュラーシーズンを全勝し、全日本社会人選手権、国体、日本選手権の3冠を達成している北國銀行がプレイオフファイナルでソニーに32対20と快勝した。史上初の9連覇達成と3度目のシーズン4冠である。荷川取監督は、監督人生30年の総決算のつもりとプレイオフに向かい、監督からの要望で自分も久しぶりにベンチで監督の隣に座った。



## 皆様へご挨拶

糖尿病・内分泌内科医 池淵 文香

こんにちは。今年度から木曜日の午後に内科外来を担当させていただくことになりました池淵文香です。普段は金沢医科大学病院で糖尿病内分泌内科医として、臨床の場に立ちながら勉強させていただいています。

高血圧の方や糖尿病の方が普段と変わらない生活を長く送れるよう、治療を行ってまいります。

私が専門とする糖尿病のお薬にはたくさんの種類があります。体重を増やす作用を持つもの、逆に体重を減らす作用を持つもの。飲み薬だけでなく注射のお薬もあります。たくさんの種類のお薬の中からひとりひとりに合ったお薬を処方するには、患者さんとのコミュニケーションが大事だと考えています。みなさんとの対話の時間を大切にしていきたいと思います。なんでもお気軽に話してくださいね。

夏の足音も近づいてきていますが、天候は変動しやすい時期です。体調を崩されないようお気をつけ下さい。



# スポーツリハビリきじま

## 只今、入会キャンペーン 実施中!!

期間:4月1日~7月31日まで

### ご入会者様特典

#### 入会金割引

※令和4年3月~令和5年3月の間に退会された方は、適用されません。

一般会員 11,000円→**半額**  
(メディカルチェック料込)

メディカル会員 3,300円→**無料**

初月月会費  
0円

月会費  
一般会員 5,500円  
メディカル会員 3,300円

スポーツリハビリきじまでは、新たに入会キャンペーンを実施しています。専門スタッフによる運動指導、栄養相談、ピラティス、ロコトレ教室を受けることができます。また、年に一度、内臓脂肪・骨密度を無料で測定することができます。医療機関ならではのサポートが充実しています。ぜひこの機会と一緒に運動を始めてみませんか？

見学・体験も随時受付中です。お問い合わせは、病院受付にて承っております。

健康運動指導士 大澤 由依

※7月31日(月)までにお申込み・入会をお願い致します。この期間以降にお申込み、入会の場合、特典が受けられないので、ご注意ください。

## 介護センターだより



昨年野菜が上手く実らなかったのですが、その原因が土の中にある根を取らなかったこと、干して消毒しなかったためだと利用者さんからアドバイスを頂きました。今年はその反省を活かして土の準備を十分に行いました。また今年には枝豆、きゅうり、トマトを作ります。夏ごろに美味しい野菜をみんなで食べられるように頑張るぞ！

理学療法士 村澤 卓朗

センターでは今年もプランターにて野菜作りを行います。センターの利用者に畑作りのプロの方が多く在籍しており、アドバイスを頂いたり、時には作業に参加してもらっています。今年のはじめに写真のように土作りを行いました。



## 職員リレー紹介

▶▶ ケアマネージャー 西村 総子 さん



ケアマネジャーの西村です。主に地域で暮らす高齢者やそのご家族の支援をお手伝いさせて頂いております。

介護保険に関するご相談があれば、お気軽にお問い合わせください。

さて、コロナ禍で外出が制限された3年間、訪問するご利用者様のお宅でもペットを飼われるご家族様が増えたように感じます。

我が家も例外ではなく、娘の高校受験を機にジャンガリアンハムスター（パールホワイト）が昨年7月にやってきました。

大きなクリクリな目、掌の上で白菜を食べる（ラッコ食べと呼ぶそうです。）くらい家族にも慣れ、癒し



をもたらしてくれる大切な存在となっています。

実際ペットと触れ合っている時、脳内にオキシトシンという物質がどんどん分泌され自律神経を整えて脳の疲れを癒し、気分を安定させてくれるそうです。

実は娘が幼稚園の時にハムスターを飼っていたことがあります。その時は餌やり、水の交換、ゲージの掃除は私の仕事でしたが、長女が大学生、次女も高校生になり、今では率先してその役割をこなしている姿を見て、成長を感じる今日この頃です。

ご縁があり、長女のお友達のお家で飼われていた色違いのジャンガリアンハムスター（グレー）がこの3月に増えて、我が家はますます賑やかになっています。

中学卒業に寄せての手紙にハムスターを飼ってくれてありがとう、ハムスターのおかげで志望校合格出来ましたと手紙をもらった事も嬉しく思いました。

ハムスターは短命で長くても2~3年しか生きられません、たくさんの幸せを運んでくれると信じて、これからも一緒に元気に過ごしていけたらと思います。



## 制服が新しくなりました!

医事課 橋本 麻子

医事課では今年の4月1日から新しい制服を着用しています。

今回はネイビー色に千鳥格子、チェック柄のデザインです。3年に一度変更していますが、患者さんからは「優しい雰囲気になった」「後姿がペプラムラインになっていてスタイルが良く見える」といったお声を頂きました!

制服を新調することで気持ちを引き締め木島病院の顔としてより一層皆様に温かい対応ができるよう努めてまいります。



▲旧制服



▶新制服

## 編集後記

春が終わり梅雨の時期を経て、また夏が訪れようとしています。気候の変化も大きいので、体調にはお気をつけて日々をお過ごしください。次回のちょっこしも楽しみに!

木島病院新聞委員一同

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 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/>