

# 同心

DOHSIN

1994

1号

## クリニックだより

発行所

医療法人 いしくろクリニック

金沢市窪4丁目515番地

TEL (0762) 43-2500

編集責任者

石黒 修三

同心の由来

病いを持つひと、癒すひと。同じ心でいたいものとの願いからつけました。

## クリニックだより

### 発刊にあたって

院長 石黒 修三

もともとは私、ただの街医者になりました。学生時代に流行ったテレビ映画の主人公ベン・ケーシーにひかれ、先のことを一切考えずに脳外科を専攻してしまいました。が、難しい学問でした。神経というのは全身に関係しています。だから全身の病気を勉強しなきゃいけません。一人前になるのに時間がかかるのです。あつというまに時間が経ち、気が付くと大病院に10年、県立中央病院に16年勤めていました。医者になってからはずっと勤務医の世界にとっぷりつかっていたのです。

でも初心というのは忘れないものなのです。あるときふと、これ

からやるべきことに気付いたので。開業を決心しました。このとき、どういふ医療器械を入れ、どういふ診療をするかは、ほとんど自分だけで決めました。誰かに相談すると、心ずや反対される。そ



れで自分がやりたいと思うことができなくなる。それがいやだったからです。そのために、このクリニックはとてつユニークなところがあるのです。

開業までは、とにかく時間がな

かったです。その上に、ある考えがあつてスタッフもみんな素人でスタートしました。開業医のところで働いた経験のある人はゼロです。実に無茶なことをしたものですね。ですから、最初は患者さんには随分ご迷惑をおかけしてしまいました。にもかかわらず、変わらずに通院して下さっていたに感謝しています。

さて開業してから約1年半。この度、ようやくクリニック便りを出す運びになりました。外来の限られた診療時間内では充分お話しできません。患者さんにお伝えしたいこと、健康管理上注意していただきたいことなど山ほどあるのです。また、患者さんと私やスタッフとの付き合いをもっと深いものにし、もっと信頼関係を深めることで治療効果が向上すると思われまます。まだまだ不十分なものですが、どうか優しく見守ってやってください。

# スタッフ紹介

①自己PR (趣味・自慢できる事 etc)

②この仕事を選んだ動機

③これからの仕事に対する抱負

今回は「高紀子さん」を紹介します



①病院の一番奥でレントゲン・MRIなどを担当している放射線技師です。36歳・AB型・水瓶座・既婚2児の母です。

②医療関係の仕事の中で男女平等で働ける仕事と、思っています。

③患者さんに不安感なくリラックスした気分を検査を受けてもらえるような雰囲気作りを心掛けたい。

## 2階のスタッフ



後列左より 西本、金田、天野さん  
前列 藤岡さん

## 1階のスタッフ



後列左より 西片、津田、西辻、高田さん  
前列左より 高、小山、田中さん

# JAL 接遇講座に

## 参加して

主任看護婦 西片 洋子

12月14日・15日と2日間に渡り、私と受付けの西辻克美さんは東京で開かれたJALの接遇講座に参加させて頂きました。講座は、インストラクター2名、受講生15名と少人数で終始気が緩むことなく進みました。講座ではまず、1分間のスピーチをビデオに収録して、自分の長所・欠点を見直し、また他人の長所・欠点を言葉のプレゼントと題し指摘し合いました。次に、挨拶・表情・身だしなみ・言葉遣い・態度と5つのマナーの基本について学びました。中でも、表情を豊かにするためと表情訓練をした時には、他の人の顔を見ては笑い、自分の顔を想像しては笑い、この年になって、こんなことをする羽目になろうとは。しかし、おもしろかった。翌日は、立ち方、座り方、歩き方、お辞儀という基本動作の練習、敬語の勉強、電話での応対。そして、2

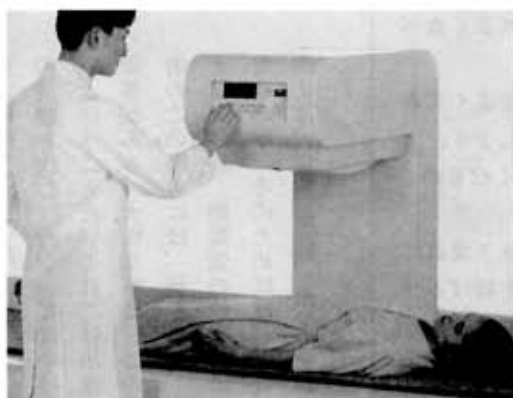
## あなたの骨は大丈夫？

### 骨密度測定日本第1号器導入される

お婆さんの腰は曲がっているものというイメージがありますね。なぜでしょう？これは、更年期を迎えた女性では

ホルモンの関係から骨の中のカルシウムが抜けだし、骨粗鬆症（こつしょうしょう）という病気になるやすいからです。骨粗鬆症のために骨がもろくなり、腰痛などが簡単に骨折しつぶれるために、背丈が小さくなり腰が曲がってしまうのです。お爺さんも、年をとると同じことが起きてきます。いつまでも生活をエンジョイしたいのに、この骨粗鬆症という病気が困ったものです。骨は若いひとでも弱くなります。食生活の偏りや無理な

ダイエットが極端に骨を弱くし、簡単に骨折が起きることがあるとされています。骨粗鬆症や骨折が起きてから治療を始めても遅いのです。



自分の骨がどれだけ強いのか、骨の密度がどの程度あるのかをあらかじめ知った上で、毎日の食事や運動など生活習慣を正しくしていかなければな

りません。

今年初めに当クリニックに導入された「骨密度測定装置」は、技術を誇る日立が開発した全身用のもので日本第1号器です。従来の装置では、腰骨や足の骨だけの測定しかできなため不正確な面があったり、また測定時間も長いという欠点がありました。しかし、今回開発された装置は安全でしかも高い精度をもち、全身計測でも60秒という従来の常識を打ち破る大幅な計測時間短縮が可能になったのです。

骨粗鬆症が心配な方は、どうぞお気軽に当クリニック受け付けにご相談ください。



日間の総まとめとして応用動作を行いました。盛り沢山の内容と、楽しい話術で2日間集中し続け、終わった時には、疲労困憊。しかし、非常に満たされた気持ちで一杯でした。

講座に参加するまで、これはそれ程必要ではなく、出張は無駄になるのではないかと懸念していました。しかし終わってみて、正直、私は得をしたと思えました。この講座は、秘書であろうと受け付けであろうと看護婦であろうと職種に関係なく、大切な事を教えて下さいました。それは人と接する際、基本的に大切な事。相手を決して不快にせず、幸せな気持ちになって頂くための技。知らなくても別段困りはしないけれど、知っていればあなたも幸せになる最高のもの。基本は心からの思いやり。それを動作や言葉に表したものでした。これからは、知っています。だけでは意味がないので日々訓練していきたいと思えます。

最後に、講座に参加させて頂きました先生と、快く送り出してくれたスタッフの皆様から御礼申し上げます。ありがとうございました。

### 第三回世界鍼灸学術大会に参加して

理学診療科主任  
天野 重樹

十一月二十日から二十三日の四日間、京都国際会館で第三回世界鍼灸学術大会が開かれた。院長と参加した私は、色々と考えさせられることがありました。

学会で期待していた事は、この病気には、こういう治療がある、こういう鍼がある等現実の臨床に役立つことを学ぶことであった。

しかし残念ながら実際は、基礎研究が中心で私にとっては抽象的なもので、ちよびり物足りなかった。しかしここで一つ大事なことを忘れてはならないことを再確認した。それは、我々が陥りやすい「やつた（治療）、治った、よかつたね」の治療を決して行なってはいけないということだ。これでは治療の限界がある。大切な事は、この患者のこの疾患には、何を目的、例

えば（鎮痛、筋緊張の改善）に行なうのか、そのためには、どこ、例えば、（筋、神経、血管）を狙う

のか、そしてどのような方法にするのか等目的意識をもった計画だった再現性のある治療を、我々は常に行なわなければいけないという事である。

そのためにはやはり基礎研究が必要。現実には自分を反省させられた学会である、常に治療の原点を忘れてはいけない。

また、この鍼灸の学会に多くの医師が参加していたことも非常に重要である。

これからの鍼灸師は触診、理学検査等だけではなく、レントゲン、

CT、MRIなど科学的な診断を取り入れ、その基に治療を行ない、また治療結果を前程のもので評価という客観性のある医療を行なっていかなければならない。

そして鍼灸の適応、不適応を明らかにしなければならぬ、そのためには医師とのタイアップが必要であり、東洋医学と西洋医学の協力体系化の充実が望まれることを痛感しました。

私は今後、目的意識をもった客観性のある治療を心掛けていく所存です。

## 骨粗しょう症といわれたら

### ■骨粗しょう症とは

骨の中のカルシウムが減少し、ちょうど大根に「す」が入った様になります。このため背中が曲がったり、痛んだり、ちょっとしたことで骨折したりする状態になってしまいます。

### ■骨粗しょう症といわれたら

- ①食事は偏らずバランスよく食べましょう。
- ②カルシウムの吸収をよくする食品と一緒にとりましょう。  
（鰯・さんま・椎茸・くどもの・野菜など）
- ③加工食品やインスタンス食品にはカルシウムの吸収を妨げるリン酸が多く添加されていますからできるだけ控えめにしましょう。
- ④甘いもののとりすぎに注意しましょう。
- ⑤日光浴をしましょう。
- ⑥軽い運動でも毎日続けましょう。  
（ゲートボール・速足散歩・水泳など）
- ⑦転ばないように注意しましょう。
- ⑧薬を飲んでいる方は、指示通り正しく飲んで下さい。効果はすぐには現われませんが根気よく飲み続けて下さい。

## 編集後記

暖冬の子想が見事にはずれませんでした。つらい冬ではありますが、皆様意外とお元気で何よりです。ようやく、クリニックだより「同心」が誕生しました。これからは、皆様からも原稿を頂戴し、同じ心をかよわせていきたいものです。