

同心

DOHSIN

4号

クリニックだより

発行者

医療法人いしぐろクリニック

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。

皆さんと一緒に

院長 石黒 修三

「春かいねー。院長はまた、何やら整のわーんことを言いだしたみたいやわ」などと思わないでください。木の芽どきですからね。人間も元気になります。精神活動が活発になります。何かやろうという気分になるのが普通です。

それで、今私が一番やりたいと思っていることは他のお医者さんがたのあまりなさっていないことです。ま、医者にとっては、検査したり患者さんに薬を処方することなんてことはあたりまえのことでもやっています。手術なんでも、患者さんにとっては大変なことですが、外科医にとってはただの仕事にすぎません。それで、ひとのあまりやらないことで、ひよっとしたらちよっと整のわー

んようにみえることとは、それほど難しいことなのでしょうか？

なーにに、それは本当は実に簡単なことです。患者さんに、体を動かすこと、食べすぎないこと、お酒を控えること、タバコをやめ



ること、薬をのむこと、考えても仕方がないことを考えないことなど、などを実行していただくというだけです。言うまでもなく、そのひとつは血圧、糖尿病、動脈硬化、ついに脳卒中や心筋

梗塞、ボケ、骨粗しょう症などの予防には欠かせないことばかりです。だが、ただこれくらい簡単なことをなかなかやってももらえないので私は困っているのです。難しいようですね、続けることが。

「分かつちやいるけどやめられない」、いや、「分かつちやいるけどできまっせん」というところですか。

でも、どうしたらそれができるようになるか。そろそろ、皆さんと一緒に考えていかなければならない時がきたように思います。患者さんでミニ・グループを作るのもよいかもしれませんね。自分の経験を話し合うのもよいでしょう。いやいやここでもう、私は、自分の考えを皆さんにおしつけるのはやめようと思います。これからは、皆さんからお知恵を頂き、一緒に考えていくことにしましょう。とにかく、今のままではおもしろくない。何かやってみましょうよ。一步進んでみましょうよ。春ですからね。今、頂張らないとねー。

新年会

栗津温泉

去る1月28日、栗津温泉「のとや」にて「同心会」「健康を語る会」の合同新年会を行いました。

当日は午後4時に集合で、当院のスタッフを含み44名の方々に参加して頂きました。そして5時から院長による「あなたの脳は大丈夫？」という演題で公演を行いました。講演ではいかにして予防し、いつもと違う頭痛になったら必ず専門医に行く事などの内容で、約50分間行いました。6時から宴会となり、「健康を語る会」会長山田さんの挨拶、「同心会」会長高桑さんの乾杯で始まりました。その後、わたしの下手な手品、「下の句、上の句」というゲームをし、最後に一人一人が1000円を持参してもらい、隣の人とジャンケンをし、買った人が1000円をもらおうというゲームを行いました。最後に勝ち残った人は、4、4000円を手にした訳ですが、ご本人の申し出により、全額関西大震災の義援金にさせていただきますました。宴会が終わった後、皆さん二次

会に行かれ、それぞれ楽しまれたようでした。企画した、いしぐろクリニックとしては、本当に皆さん楽しんで頂けたか心配でした。しかし明朝、数名の方に「本当に楽しい宴会だった」と聞き、「ほっと」「安心しました」。次回はもっと楽しく、そして会員の方同士がもっと親しくなれる、そんな会にしたいと思いますので、来年はさらに多くの方の参加をお待ちしております。

(事務長 田中 行実 記)

いしぐろクリニック ボーリング大会

いしぐろ杯争奪ボーリング大会が2月16日ビックホールピバでおこなわれました。スタッフ全員、ここ最近ボーリングとは無縁の生活を送っていたので大変でした。きつとみんな不安と緊張で臨んだことだったのでしょう。

この大会のルールとして、一人各2ゲームずつ、女性は1ゲームにつきハンデとして50点プラスされる。3名ずつ4レーンに分かれ

てゲームは始まりました。豪快な投げ技のワッシー先生。まさかプロボーラー！事務長。今にも床にはりつきそうな出口さん。勢い余りそう金田さん。西本さん、竹松さん、道端さん、とてもお上手！なるようになれの受付組。みんないま一つのスコアだと肩を落として席に戻る。しかしストライク、スベアを取ると万歳状態、そしてみんなの拍手が待っています。

結果は出口さんが優勝しました。全員の笑顔と興奮で満ちあふれていた大会でした。

(受付 中田 雪野 記)



もしも頭が痛くなったら

日本人の3人に1人は頭痛もちで、慢性の頭痛に悩んでいるといわれています。一番多いのは緊張性頭痛で、慢性頭痛の6割から7割を占めます。頭の骨の回りにある筋肉が縮んで硬くなり、きゅうくつな帽子をかぶった時のようにしめつけられるような痛みが起きます。緊張しやすい性格、心配性なひと、几帳面なひとに多くみられます。脳腫瘍やくも膜下出血などの重大な病気で頭痛が起きているのでは？などと心配すると、頭痛はますます強くなります。

しかし、脳腫瘍は人口10万人あたり年間4人、くも膜下出血でも年間10人くらいのはじめにしか起きない珍しい病気なのです。頭痛を経験したら、一度は脳ドックのつもりでMRI

RI（磁気共鳴装置）などの精密検査を受けるのはよいこととです。しかし、診察を受けて異常なしと言われたら、もうムゲン心配はやめましょう。



す。一致するかどうかは診断の決め手になります。必ず調べて下さい。偏頭痛なら特効薬があります。

中年以上になると、頸椎の異常からくる頭痛が起きやすくなります。後頭神経痛の場合は、ビリッ、ビリッと電気が走る痛みが起きます。帯状疱疹の場合もあります。早めに診察を受けてください。

くも膜下出血では、地震で言えば余震のような警告発作が起きることがあります。それまで経験したことの無い痛みがいきなり起きます。カゼと間違えられていることがあります。症状が頭痛だけというカゼはありません。放っておくと大事になります。必ず診察を受けてください。（以上、3月25日の講演から）

「骨粗鬆症」講演会

去る平成6年11月12日、金沢市中央公民館でいしくろクリニック院長による、「骨粗鬆症」についての講演会がありました。参加者は同心会会員の方だけでなく、一般の方も含め140名でした。

まず院長の講演は、「骨粗鬆症」の基礎的知識をスライドや小冊子を使用し、ユーモアを交えて約1時間行われました。次に参加者が6人、8人のグループに分かれ、グループディスカッションが行われました。日頃「骨粗鬆症」について疑問に思っていることや、知りたかったことなど、活発に意見交換して頂きました。そしてグループごとの質問をまとめ発表し、院長がそれに答え、さらに理解を深める事ができました。

今回の講演会では「骨粗鬆症」の正しい知識と理解を得るだけでなく、和やかな雰囲気の中で、参加者皆様がお互いのコミュニケーションを深める、とても楽しく有意義な会だったと思います。

（看護婦 出口久美子 記）

私とワツシー先生との出会い

今 初子

私と石黒先生との出会いは、たまたま「すこやか健診」のハガキに仲間二、三人でいしぐろクリニックに行った時でした。

以前から私は、色々な病いや、十三年前の自動車事故の後遺症に悩まされ、おまけに両親までが脳をやんで亡ってしまいました。それからの私は、「脳に異状があるの

では」という恐れをもつようになりました。そんな時でしたが、診察の結果、骨粗鬆症の他はどこも



異状もなく、一番懸念していた脳の病いは全く心配なしと言われました。その時からワツシー先生は、私の名医となりました。自分が元

気だと今度は先生の事が気になり、忙しすぎてお身体を悪くされないかが心配になりました。

先生、御自愛を忘れないで下さい。これは先生を愛する患者全員からお願いだと存じます。

先日の新年会に参加させていただき、本当に楽しい思いをさせて頂きました。色々とお世話して下さいました、クリニックの皆様、

「同心会」「健康を語る会」の皆様、本当にありがとうございます。今後とも、よろしくお願い申し上げます。

■「同心会」入会のおすすめ

「同心会」に入会したい方を随時募集しております。現在の会員数は四百二名です。パーティーや小旅行、講演会等企画しております。くわしくは当クリニック受付までどうぞ。

■「同心会」5月の行事

5月21日(日)に芦原温泉と大安禅寺(おもしろ法話)等の楽しいバス旅行を行ないます。

皆様ふるってご参加下さい。

■「骨粗鬆症」検査のおすすめ

当クリニックでは昨年「骨密度測定装置」を導入致しました。この機械は足や手など一部を測定するものでなく、全身を測定する密度の高い、正確なものです。骨粗鬆症が心配な方は、一度測定してみてはいかがですか？

■当クリニックからのお知らせ

- ①毎月第一水曜日、院長による相談日を行っております。必ず予約をお願い致します。
- ②皆様を出来るだけお待たせしないために、次の診察日の予約を承っております。帰りの際は受付にて、ご予約をお願い致します。
- ③木曜日、土曜日の診察時間が12:30までとなりました。お間違えのないよう、お願い致します。

スタッフ紹介

三月二十二日より、理学療法科を充実するために、石田義成先生に加わってもらいました。



理学療法科

石田 義成

自己PR

昭和四十年六月六日生、今年三十三歳になります。

趣味は、釣り、ゴルフ、スノーボードです。

これからの抱負

いしぐろクリニックに来てまだ日は浅いのですが、多くの患者さんとコミュニケーションを取りながら、常に笑顔で接し、治療に専念していきたいと思えます。

