

五省会ニュース

発行所
 特定医療法人五省会西能病院
 〒930 富山市五福1130
 TEL (0764) 41-2481(代)
 発行人 西能 正一郎

五省
 一 至誠は情なきがかりしか
 一 言行に恥ぢなきがかりしか
 一 気力に盡さなきがかりしか
 一 努力に憾みなきがかりしか
 一 不精は眞なきがかりしか

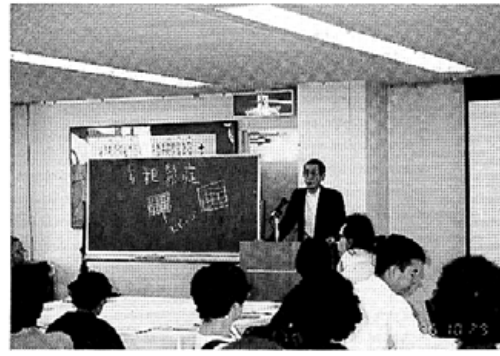
標準以下が13人も

第2回地域交流会

27人が骨密度を測定

「骨の日」記念日(十月八日)にちなんで第二回地域交流会を十月二十九日、五階ホールで入院患者さんを含めて五十八人(うち女性五十人)が参加して開催。骨粗しょう症の予防や治療などの話を聴き、骨の大切さを認識した。事前に腰椎の骨密度を測定した二十七人(うち女性二十一人)の検査結果は、骨粗しょう症と思われる人が六人、要注意が七人、標準が十四人である。

交流会は西能院長 渡辺事務部長が司会、坂倉看護部長の挨拶の後、西能院長が「骨粗しょう症について」の講演。骨粗しょう症の予防、原因、状態、原因、乳入りの石狩鍋、豆とモロヘイヤ入り卵焼きの三品を試食、牛乳嫌いな人が「石狩鍋に牛乳が入っていると、おかしかった」と、びっくり。



「若い時から骨の貯金を…」院長が「骨粗しょう症の予防、原因、状態、原因、乳入りの石狩鍋、豆とモロヘイヤ入り卵焼きの三品を試食、牛乳嫌いな人が「石狩鍋に牛乳が入っていると、おかしかった」と、びっくり。

牛乳入り石狩鍋を最後に新庄栄養士が栄養指導を行ない、牛乳入りの石狩鍋汁(カルシウム二六四ミリグラム)、杏仁豆腐、納豆とモロヘイヤ入り卵焼きの三品を試食、牛乳嫌いな人が「石狩鍋に牛乳が入っていると、おかしかった」と、びっくり。

かたかご保育園創立二十周年記念誌、同窓会員名簿を発売
 十月五日、社会福祉法人かたかご保育園開園二十周年と、企業委託保育事業開設五周年を祝う式典が、かたかご保育園で行われた。出席者は、来賓のことも未来財団調査研究部長と富山市児童福祉課課長をはじめ、理事・監事、旧職員、現職員、ほし組児童、少子化のなか、ますます役割が大きくなる保育園窓会員名簿が配られた。

若い時から「骨の貯金」を
 西能院長の講演要旨
 西能院長の講演要旨はつぎのとおり。
 一 男性は六十五歳ごろから、女性は五十歳ごろからが要注意。予防は食事・日光浴・運動の三つが骨の強化ポイント。
 イント。とくに一日に平均六〇〇ミリグラムのカルシウムを心がけてほしい。若い人や妊娠中、授乳期には千ミリグラムが必要。カルシウム摂取の主役は牛乳(一本にカルシウム二〇〇ミリグラム)と考えていいでしょう。

骨折しやすい箇所は背骨と大腿骨が多く、肩の骨、手首の骨、肋骨などである。ころんだけがをしないよう、からだのバランスをよくすることである。大切なことは、若いときから「骨の貯金」をしておくことである。

25人のアンケート
 地域交流会参加者から(数字は人数、重複もある)
 地域の点検、改善を12。日光浴と睡眠と健診
 骨に関する自己診断
 ①太陽をよく浴びている、年に一度は健康診断を受けている各21
 ④食事のとき青菜や小魚類をとっている20
 ⑤入浴を欠かさない19
 ⑥牛乳をかかさず飲んでいる。つとめてチーズやヨーグルトを食べている各13、⑧毎日適度な運動12、⑨無理な姿勢をとらないよう気をつけている8、⑩いつも良い姿勢をとっている7。

骨の強化条件
 骨粗しょう症を予防し、骨を強くするには次の三つの条件が大切です。
 ①骨は常に一定量のカルシウムを蓄える貯蔵庫となっています。カルシウムが不足すると、骨の実量が減ってしまいます。
 カルシウムの多い食品を十分にとりましょう。カルシウムの吸収を助けるビタミンDやたんぱく質を忘れず、栄養のバランスをとることが大切です。とくに牛乳は吸収率が高く、たんぱく質も豊富で理想

「うちの子どもが小児成人病だといわれてね。驚いたよ」という話を聞いてもそう驚かなくなった。最近、増えたという子供の高血圧か超肥満児のことだろうか、おおよその見当はつく。それほど成人病という言葉はすっかり一般の人々の間に定着してしまつた▼使われ始めたのは昭和三十一年というから、当時の少年少女も、今はすっかり本物の成人病に悩まされている年ごろだ。この、おなじみ(?)になった成人病を、今度厚生省が「生活習慣病」と呼び換えるそうだ▼三大成人病といわれるガン、脳卒中、心臓病をはじめ、糖尿病、高血圧性疾患、腎臓病、肝疾患、さらに最近やまじい骨粗しょう症などが、これらが最近の研究で食事や運動、喫煙、飲酒などの生活習慣が深くかかわっていることがわかってきたらしい▼そこには今までの「早期発見・早期治療」の掛け声からもう一歩進んで「生活習慣の改善」という予防対策を医療の柱にする考えがうかがえる。事実、糖尿病などは生活習慣を変え、高血圧性疾患などは減らすことで治るといえる。また、骨粗しょう症は、骨の量が減るといえる。また、骨粗しょう症は、骨の量が減るといえる。また、骨粗しょう症は、骨の量が減るといえる。

老人医療の基本的な考え方
 西能 正一郎
 十六年前、五省会ニュースを創刊した時は、なるべく医療とは関係のない親しみやすい読物をお届けしたいと心掛けて居りました。けれども、昨今の世の中挙げて、高齢者問題を取り上げ、ひいてはそれが医療の問題にまで踏み込まれる時代になって来ますと、永い間医療をやらせていただいていた当事者として、日頃医療に就いて考えている私の基本的な考え方を披瀝して前向きにおつきあい賜うことを念じて、この一文を草するものであります。

ただ、ほど高いものはない
 丁度、相前後して日本は第一次オイルショックに見舞われ、国民総生産がガタンと落ち込みました。それまで伸び続けて来た国民総医療費の方はやはり今までと同じ調子で伸び続けるものでずから、国民総医療費が二十兆円を超えても年々一兆円ずつ伸びようとする昭和六十年代の半ば頃から急に問題視されるようになったの

対症療法を招かなくとも思っています。日本人は勤勉です。良く働くのは受益者負担に対応出来る自力をつけるための生活の知恵であった苦です。今からでも遅くない、このように制度を変えてゆくならば、私共医療提供者は、経済的な理由からの医療の圧迫に悩まされることなく責任の持てる仕事をしてゆけるものと思っています。

骨の強化条件
 骨粗しょう症を予防し、骨を強くするには次の三つの条件が大切です。
 ①骨は常に一定量のカルシウムを蓄える貯蔵庫となっています。カルシウムが不足すると、骨の実量が減ってしまいます。
 カルシウムの多い食品を十分にとりましょう。カルシウムの吸収を助けるビタミンDやたんぱく質を忘れず、栄養のバランスをとることが大切です。とくに牛乳は吸収率が高く、たんぱく質も豊富で理想

骨の強化条件
 骨粗しょう症を予防し、骨を強くするには次の三つの条件が大切です。
 ①骨は常に一定量のカルシウムを蓄える貯蔵庫となっています。カルシウムが不足すると、骨の実量が減ってしまいます。
 カルシウムの多い食品を十分にとりましょう。カルシウムの吸収を助けるビタミンDやたんぱく質を忘れず、栄養のバランスをとることが大切です。とくに牛乳は吸収率が高く、たんぱく質も豊富で理想

骨の強化条件
 骨粗しょう症を予防し、骨を強くするには次の三つの条件が大切です。
 ①骨は常に一定量のカルシウムを蓄える貯蔵庫となっています。カルシウムが不足すると、骨の実量が減ってしまいます。
 カルシウムの多い食品を十分にとりましょう。カルシウムの吸収を助けるビタミンDやたんぱく質を忘れず、栄養のバランスをとることが大切です。とくに牛乳は吸収率が高く、たんぱく質も豊富で理想

骨の強化条件
 骨粗しょう症を予防し、骨を強くするには次の三つの条件が大切です。
 ①骨は常に一定量のカルシウムを蓄える貯蔵庫となっています。カルシウムが不足すると、骨の実量が減ってしまいます。
 カルシウムの多い食品を十分にとりましょう。カルシウムの吸収を助けるビタミンDやたんぱく質を忘れず、栄養のバランスをとることが大切です。とくに牛乳は吸収率が高く、たんぱく質も豊富で理想

骨の強化条件
 骨粗しょう症を予防し、骨を強くするには次の三つの条件が大切です。
 ①骨は常に一定量のカルシウムを蓄える貯蔵庫となっています。カルシウムが不足すると、骨の実量が減ってしまいます。
 カルシウムの多い食品を十分にとりましょう。カルシウムの吸収を助けるビタミンDやたんぱく質を忘れず、栄養のバランスをとることが大切です。とくに牛乳は吸収率が高く、たんぱく質も豊富で理想



「応接間は馬グッズだらけ」と寛田さん

どこかへ出掛けると、い。家内からはもう買何か馬の小物が... わないよと言われ... ています。(笑)

わたしのコレクション

医療法人五省会監事 寛田 英二

戦後すぐ、旧制富山高校に在学中に馬場クラブに入り... 馬の絵が書いてある包装紙とかも大切にしています。

まだ世の中のために働きたい 四階に入院していた... 平成六年十一月、自宅近くの川の土手で...

病室で回復の喜びを語る我井さん夫妻 八月二日手術... 八日手術... つきつていた妻の和子さんが...

健康診査を受けましょう 富山市の健康診査は平成九年二月二十八日まで行われて...

見拝食

料理講師 高見さとゑさん

食料数を多くを念頭に 呉羽山にある自宅、フの揚げ煮、黒豆、キノコのみそ汁、野菜のみそ漬...



料理教室にも使う見晴らしのいいリビングで昼食中の高見さん

いまを生きる

西能正一郎対談シリーズ

「三日に一度は新鴻の社長を訪ねたんです」と奥野会長 西能 正一郎... 奥野 新一...

いまを生きる

西能正一郎対談シリーズ

「三日に一度は新鴻の社長を訪ねたんです」と奥野会長 西能 正一郎... 奥野 新一...

母の教訓を創業の精神に

奥野 新一

産みの苦しみを知った会社を作ると言われたお母さんは、本心に立派な方です...

人の和・家庭の和を基盤に 互助会を創業

奥野 新一

北村さんごころが、大きい。それで、いろいろ教えてはくれて訪ねて行きました...



麻酔科を担当する杉木医師と看護婦

生体の過剰なストレス反応を抑制し、自然な治癒を促す 慢性的な薬物投与を避け、様々な肉体的苦痛を除去

神経ブロック療法の適応症と効果

主な神経ブロック療法とその適応症および効果は次のとおり。◆硬膜外ブロック... ◆星状神経節ブロック...

いまを生きる

西能正一郎対談シリーズ

「社員一人からのスタートだったんです」と西能理事長 西能 正一郎... 奥野 新一...

「看護の翼」に 参加して

サービスと満足度アップを

シンガポールの 国立病院を視察 坪内、森口両看護部主任の報告記

県内の保健、医療、福祉機関に従事する中堅看護職員を研修のため海外に派遣する第四回「看護の翼」は、団員、世話役三十三人（団長木屋県看護協会会長）が参加して、十月十日から十四日まで四泊五日の日程でシンガポールの病院を視察、伝統文化や公共施設を見学した。主催は富山県、県医師会、県看護協会。西能病院から坪内奈津子、森口佳子の両看護部主任が参加した。つぎは、その報告記である。



視察したトア・パ・ヨ病院



セントーサ島で、坪内さんと森口さん

シンガポールは緑が多く、とてもきれいな街でした。平均在院日数四〜五日、今回視察したトア・パ・ヨ病院は、国立総合病院でベッド数357床、従業員数約75人（内看護婦約30人、医師88人）です。看護業務体制は三交代勤務、病院の方針は

①サービスと合理的なコスト②患者の満足度アップ③専門医の増加④医療機器の充実、と説明を受けました。今回、視察したトア・パ・ヨ病院では、職員が皆笑顔でむかえてくれました。病院内は掃除が行き届いていましたし、周りは緑に囲まれて、患者さんのためにも、中庭に池もありました。院内の各部署等、それ程広くはないが、整理整頓がされ、平均在院日数が四〜五日と短いせいも、荷物も殆どありませんでした。AランクやBランクになると個室から四人部屋まであり、冷房設備、トイレ、シャワー、テレビなどがついており、病院側は、

このランク別は設備の違いであって、医療や看護には差別はないと強調しておりました。シンガポールには、定期的な健診がありません。予防するのではなく、病気になるまで自分で病院に行きます。日本とは大きな違いがあると思われました。また、伝統文化や公共施設の見学として、在シンガポール大使館へ表敬訪問、マライオン、植物園、ジュロンバードパーク、セントーサ島など観光を楽しみました。今回の研修では国際的視野も少し広まり、心身共にリフレッシュができたと思います。今後、この研修での貴重な体験を役立てられるよう努力したいと考えています。

保険制度、健診がない

シンガポールには保険制度がなく、この病院は患者の支払い能力に応じて、AランクからCランクまで区別されています。外来も病室もランク別です。例えば、Cランクの病室は、40人部屋で冷房の設備もなく、カーテン一枚で隣と仕切られていました。



みなさんは、欠点、コンプレックスがありますか、私は、色々と思ひ悩み、時には自分

朝礼の スピーチが

が嫌になったり、情けなくなったりしますが、ある本に、欠点、コンプレックスは、財産だと書かれていました。というのは、自分が欠点、コンプレックスを

欠点、コンプレックスは財産

どう活かすかと考えること、それが財産になるそうです。世の中で成功している人を見られている人の多くは、コンプレックスを克服することからスタートしているそうです。と書かれています。どう活かすかと考え、努力する

みなさんも、御存知の松下幸之助氏も著書の中で「自分が世の中でそこそこ認められるようになった原因は三つある。それは、学歴がなかった事、家が貧乏だった事、身体が弱

病院だより

十月

一日 西能院長が富山市八町公民館で「骨粗しょう症について」講演。主催は富山保健所。

十五日 入院患者さん百二十二人が県知事選、衆院選の不在者投票。

十六日 西能理事長がタワー111でインテック健康教室。「腰痛について」講演。二十三日 五階ホー

十一月

九日 西能理事長が製薬苑の介護セミナーで「高齢者福祉の現状と展望」を講演。

十二日 職員ら二十七日が病院玄関前の愛の献血車で献血。

十二月

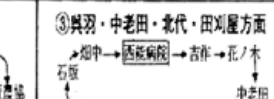
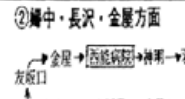
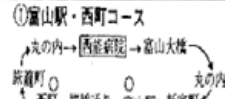
十九日 五階ホールで健康教室。石原医師が「がん予防と早期発見について」

十三日 堀江医師がタワー111でインテック健康教室。「高脂血症とコレステロールについて」講演。

診療体制のご案内

通院バスのご案内

月曜～土曜 午前運行
(日曜、祝日は休み)
○印は常時停留所、その他、臨時停車します。



休日診療 (日曜日・祝日)	平日診療 (月曜日～土曜日)	通院バスのご案内			
整形外科 午前8時30分～午後5時	整形外科 午前8:30～12:00 午後4:00～7:00	スポーツ整形外科 水・土曜日 午後4:00～7:00	泌尿器科外来 月曜日 午後1:30～5:00	人間ドック 日帰りコース 1泊2日コース 2泊3日コース 3泊4日コース (申込先) 健康事業部 8:30～17:30	
内科 午前8:30～12:00 午後3:00～5:00 (火・金曜日は7:00)	内科 午前8:30～12:00 午後3:00～5:00 (火・金曜日は7:00)	糖尿病外来 火・金曜日 午前9:00～12:00	神経内科外来 土曜日 午前9:00～12:00	体力測定 月～金曜日 午前10:00～12:00 午後2:00～5:00 (申込先) 健康事業部	
リハビリテーション科 午前8:30～12:00 午後1:30～7:00	リハビリテーション科 午前8:30～12:00 午後1:30～7:00	循環器外来 火・木曜日 午前8:30～12:00	麻酔科外来 月・水・金曜日 午前8:30～12:00	栄養指導 月曜日～土曜日 午前10:00～11:00 在宅診療・看護 月・金曜日 午後1:30～4:00	