



## 目次

巻頭言	P.1
骨粗しょう症検査について	P.2
地域公開講座開催報告	P.3
各診療科外来担当医師のご案内	P.4

## 「災害に強い地域、病院」

こんにちは、倶知安厚生病院総合診療科の濱本です。私にとっては当院に来て4度目の冬、この冬も雪に悩まされるのがこの地域の宿命ではありますが、皆様体調を崩していらっしゃらないでしょうか。病院は冬になると風邪やインフルエンザ、胃腸炎、肺炎といった感染症や、心筋梗塞や脳血管疾患などの血管疾患、道路での転倒や除雪中の事故、スキーなどのけがなどで患者数が増え、繁忙期になります。当院のみならずどの病院も待ち時間が長くなることもあるかもしれませんが、医療スタッフは全力を尽くしておりますので、お許しいただければありがたいです。

さて、今回のテーマは「災害」にしました。毎年のように全国、また世界で災害が発生し、いまだに大変な思いをしている人もいらっしゃいます。羊蹄山麓でも過去わかっているだけでも台風や豪雨、融雪などによる浸水や土砂災害、雪害、地震、津波などといった災害が起っています。また、2019年9月6日の胆振東部地震時の全道停電（ブラックアウト）は、皆様の記憶に新しいのではないのでしょうか。当院でもブラックアウトの時は機能不全に陥り、入院患者の食事提供が難しくなり、採血、レントゲンやCT、MRIといった医療機器が使えなくなりました。その原因として当院の建物の老朽化という問題もあり、現在の当院の建物の一部が耐震基準を満たしていないこと、古いためさまざまな設備の修繕が頻回に必要であったり、また部品がなくて修理できなかったりする問題があります。関係自治体の皆様の費用負担の点は非常に心苦しくはありますが、何卒当院の建て替えにご協力を賜れば幸甚です。

話が脱線したので元に戻しますが、昨秋倶知安町で開催され、私も参加したG20観光大臣会合ではテロの発生に備えた訓練なども事前に行われていました。羊蹄山麓のみならず、全道的に外国人観光客も増加傾向であること、国際的なイベントも開催されることを考えると、化学物質や生物兵器などのテロの発生にも備えなければなりません。また、泊原発からも近く、放射線災害への準備も必要です。当院でも災害マニュアルを作ったり訓練をしたりとできることから始めています。皆様は災害に対してどのような備えをしていますか？保険への加入、防災用品を備えて常に枕元に置いておく、ハザードマップに眼を通す、避難所の確認などでしょうか。防災グッズを揃えるのはお金がかかるので、私は家にあるもので代用できないかどうか考えています。登山用品は割と重宝しています。災害の種類によって避難所が異なることも多く、また避難所への道のりの中に危険が潜んでいることもありますので、ご確認をお願い致します。また、災害への備えについて、ご家族や近所の方と話すことも非常に有益だと思います。万一の時に最小限の被害で済むように、防げるものは防いでいきたいですね！

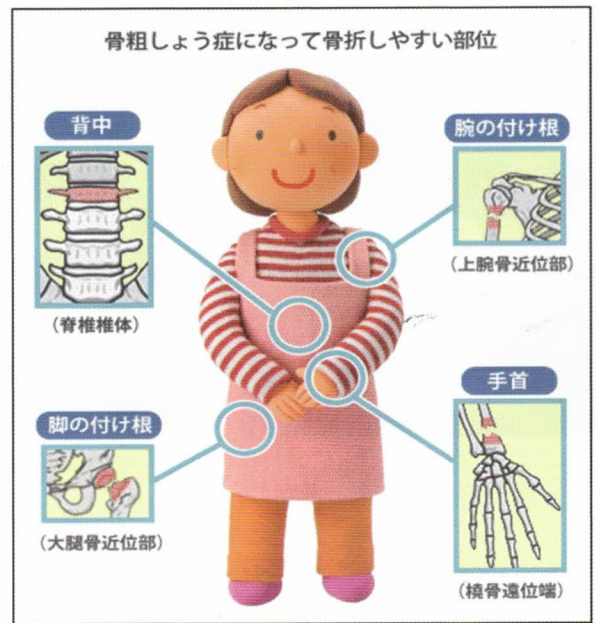


濱本 航  
総合診療科 医長

# 骨粗しょう症検査してみませんか？

「骨粗しょう症」とは、骨がスカスカになり、骨折を起こしやすくなる病気です。女性では、閉経により女性ホルモンが減少すると骨密度が急速に低下します。骨密度の低下が進むと骨折を容易に起こしやすくなり、特に、手首、せぼね、太ももの付け根が骨粗しょう症による骨折の頻度が高いところです。

骨粗しょう症による骨折のために生活の質が低下したり、介護を受けたり、「寝たきり」の生活を送っている患者さんもおられます。このような患者さんを増やさないためには、骨粗しょう症の正確な診断と適切な治療を受けることが大切です。女性の方には、50歳を過ぎた頃から定期的に骨量を測定されることをお勧めします。



このたび 新型 骨密度測定装置 PRODIGY Fuga Compact (GE ヘルスケア社製) に入れ替えしました (12月中旬)

## 新装置の測定結果 (例として)

**骨密度測定結果**

氏名: GE Lspine+RtFemur様 ID: GE00002  
 生年月日: 1952/06/02 身長/体重 167.6 cm / 59.0 kg  
 性別: 女性 42.3歳 測定日: 1994/10/11

**経過履歴グラフ**  
 腰椎正面: L1-L4 (BMD)  
 右大腿骨: 全体 (BMD)

若年成人比較  
 L1 = 89 %  
 L2 = 87 %  
 L3 = 84 %  
 L4 = 84 %  
 L1-L4 = 86 %  
 L1-L4 = 86 %  
 大腿頭部 = 75 %  
 近位全体 = 74 %

測定年月日	年齢	部位	領域	BMD (骨密度)	同年齢比較	Tスコア	若年成人比較
2001/10/22	49.3	腰椎正面	L1-L4	1.265 g/cm <sup>2</sup>	120 %	1.3	114 %
2000/10/22	48.3		L1-L4	1.154 g/cm <sup>2</sup>	108 %	0.4	104 %
2001/10/22	49.3	右大腿骨	全体	0.967 g/cm <sup>2</sup>	110 %	0.3	104 %
2000/10/22	48.3		全体	0.967 g/cm <sup>2</sup>	109 %	0.3	104 %

**【結果】**

あなたの腰椎の骨密度は0.951 g/cm<sup>2</sup>です。  
 同年齢の平均と比較すると86%です。  
 若年成人と比較すると86%です。

あなたの大腿骨の骨密度は0.690 g/cm<sup>2</sup>です。  
 同年齢の平均と比較すると75%です。  
 若年成人と比較すると74%です。

**【判定基準】**

正 常: 若年成人の80%以上  
 骨 量 減 少: 若年成人の70%~80%  
 骨 粗 しょう 症: 若年成人の70%以下

**【強い骨を作るには】**

- 食生活に注意 ⇒ 食事にカルシウムの豊富な食品を摂りましょう。
- 積極的摂取 ⇒ 成人に必要なカルシウムの量は1日約800mgです。
- 適度な運動 ⇒ 過度な運動をしない骨は脆くなります。
- 日光浴 ⇒ 日光に当たると私たちの体内でビタミンDが合成されます。ビタミンDは小腸でカルシウム吸収を促進する働きがあります。

JA北海道厚生連 倶知安厚生病院



以前の装置は、前腕骨（橈骨）の骨密度検査装置でしたが、新装置は前腕骨（健診）の他に腰椎と大腿骨近位部の検査が可能になり、より精密検査が可能になりました。

- 低被ばくで、検査時間が短い検査装置です。
- 高性能検出器→低線量ながら高画質腰椎・大腿骨近位部の測定時のX線量は、通常の胸部レントゲンの約1/6程度に相当します。
- 二部位同時撮影の場合、被検者の装置上での検査時間は概ね3~4分程度です。

※骨粗しょう症検査を受けてみたい方は、当院整形外科へご相談ください。

# 開催報告 2019 NO.2

令和元年度 第2回  
第Ⅰ部 地域公開講座  
第Ⅱ部 地域医療連携セミナー



▶▶▶ 12月14日 に開催致しました！

## 糖尿病を知るための “はじめの一步”

「糖尿病からはじまるいろいろな病気」  
「地域ではじめる、つながる糖尿病戦略」



糖尿病治療のことなら…  
糖尿病専門医

講師：森 孝之 先生  
(札幌厚生病院 糖尿病内分泌内科)  
座長：太田 桂一 先生 (総合診療科)



血糖測定  
コーナー



NsとDr  
日々の生活を支える…

食事のことなら…  
管理栄養士

糖尿病サポートチームや  
町の薬剤師さんが  
様々な相談をお受けしました。

臨床検査技師  
病院薬剤師  
理学療法士  
医事課事務員…



## 羊蹄山麓 糖尿病フォーラム2019

▶▶▶ 参加者48名

町村の保健師さん達も集合！

各診療科外来担当医師のご案内（令和2年1月6日～）

	曜日	月	火	水	木	金	受付時間など ※受付開始時間は診療開始時間と異なります
総合診療科	午前	岸野	熊谷	木佐	木佐	熊谷	8時～11時 ※初めて受診される方ならびに予約の無い方については、当日担当医を決定いたします。医師を指定される場合は、待ち時間が長くなる場合がありますので、ご了承ください。 森医師の診察は、第2週、4週の火曜日となります。
		太田	木佐（優）	木佐（優）	井上（予約・隔週）	濱本	
		桂	桂	桂	松田	桂	
	佐藤	森（第2・第4）	岸野	木佐（優）	佐藤		
午後	桂	木佐（優）	桂	井上（予約・隔週） 岸野	桂	13時～15時	
消化器科	午前	駒場	駒場	検査・手術	駒場	井川	駒場：8時～11時、井川：9時～11時
	午後	検査	駒場（予約） 肝臓外来（予約専門）	検査・手術	駒場（予約） 肝臓外来（予約専門）	井川 第1・第3・第5	肝臓外来：11時～ 肝臓外来は予約専門外来となります。 井川：13時15分～15時 井川医師の診察は予約専門外来となります。井川医師は第1週、3週、5週目の金曜日とさせていただきます。 駒場：総合診療科外来、井川：専門外来での診察になります。
循環器科	午前	出張医	出張医	出張医	出張医	出張医	月：9時30分～11時 火～金：8時～11時
	午後	出張医	出張医	検査	出張医	休診	13時～15時
呼吸器科	午前	休診	休診	藤田（第1水曜） （予約専門外来）	休診	休診	呼吸器科は予約専門外来となります。
神経内科	午後	休診	休診	休診	出張医 （予約専門外来）	休診	神経内科は予約専門外来となります。
小児科	午前	大塚	奥野	大塚	奥野	大塚	8時～11時 ※AM混雑時に2診体制になる事があります。 月・金：13時～15時30分
	午後	大塚	町村の 乳幼児健診	乳児健診	町村の 乳幼児健診	奥野	水（乳児検診）：13時～13時30分 （予防接種） BCG：14時～14時30分 その他：14時30分～16時 日本脳炎：15時30分～16時 子宮頸癌：16時～17時 第4火曜：心臓外来
脳神経外科	午前	出張医	休診	休診	休診	休診	9時30分～13時30分
心臓血管外科	午前	休診	休診	休診	出張医 （第4水曜） （予約専門外来）	休診	心臓血管外科は予約専門外来となります。
外科	午前	徳淵	倉内	倉内	徳淵 乳腺外来 （予約専門外来）	倉内/徳淵 （輪番制）	8時～11時 乳腺外来：月1回・不定期（完全予約制）
	午後	休診	手術	検査	手術 乳腺外来 （予約専門外来）	休診	乳腺外来の受診は予約、紹介の方のみに限らせていただきます。
整形外科	午前	九津見	高橋	九津見	九津見	遠山（膝）	8時～11時 須藤（第1・3・4週） 高橋（第1週） ※須藤医師の診察は他医からの紹介がある方のみに限らせていただきます
		田辺	田辺	田辺	黒木	黒木	
	午後	検査・手術	（新患のみ）	検査・手術	検査・手術	黒木	火：13時～15時
産科	午前	杉山	早川	杉山	早川	休診	8時～11時 助産師外来（月、火、金） 産後外来（水、木） ※詳細は産科外来へお問い合わせください
	午後	杉山（予約）	休診	一ヶ月健診	手術	早川（予約）	月・火：14時～16時
婦人科	午前	早川	杉山	早川	出張医	早川	月～金：8時～11時
	午後	休診	杉山（予約）	休診	手術	休診	月・火：14時～16時
第1・3・5週 皮膚科	午前	10時～11時	8時～11時	休診	休診	休診	皮膚科診察には診察受入上限があります。 月曜日110名 第1・3・5週の火曜日80名 第2・4週火曜日110名 第2・4週水曜日25名 月曜日が祝日の場合の火曜日110名 月曜日が祝日の場合の水曜日80名 ※月曜日～水曜日まで全て出張医が担当
	午後	13時～15時	13時～15時	休診	休診	休診	
第2・4週 皮膚科	午前	10時～11時	8時～11時	8時～10時	休診	休診	月曜日が祝日の場合の水曜日80名 ※月曜日～水曜日まで全て出張医が担当
	午後	13時～15時	13時～15時	休診	休診	休診	
月曜日祝日 皮膚科	午前	祝日	10時～11時	8時～11時	休診	休診	休診
	午後		13時～15時	13時～15時	休診	休診	
泌尿器科	午前	高木	島	高木	島	高木	8時～11時
	午後	紺田	紺田	紺田	紺田	紺田	8時～11時
腎臓内科	午前	検査	手術	検査	担当医	手術	木：13時30分～15時30分
	午後	休診	休診	腎臓内科 （第2・第4水曜） （予約専門）	休診	休診	腎臓内科：診察室は内科専門外来となります。 腎臓内科は予約専門外来となります
耳鼻咽喉科	午前	早川	早川	手術	早川	早川	8時～11時
	午後	検査	早川	手術	検査	早川	13時～15時
精神神経科	午前	土田	永田	土田	土田	永田	8時～11時
	午後	小原	小原	休診	検査	永田	14時～15時 精神科は予約専門外来となります。 ※もの忘れ外来 毎週木曜日完全予約制（詳しくは医事課③ 番窓口へお問い合わせください）



倶知安厚生病院

北海道虻田郡倶知安町北4条東1丁目2番地

電話：0136-22-1141 <https://www.dou-kouseiren.com/>

FAX：0136-22-4388

