

純心だより

1月

明けましておめでとうございます。

暖かくてお正月気分になれなかったですが確かに年は明けました。長い長いお正月休み、日本国民の何割の人が取れたのでしょうか？そしてその長い休みのどのように過ごしたのでしょうか？

私達のような御利用者さまに毎日毎夜現場で直接お世話したり商業施設で働く人達には皆が一度にあんなに長い連休など考えられません。

この国は不平等過ぎます。休める職場の方のゆとりを保証し実際に頭が下がるほどの仕事をしている人達には冷たすぎると思うことが多くなりました。かと言って休みを多くする政治が悪いのかと思っても政治家は政治家で長いお正月中お気の毒なくらい駆けずり回っておられます。

ここでもうそろそろ休みを追い求める風潮はやめて欲しいです。あまりカッコ良い仕事とも思われず、長いお正月休みも取れず、それでも一生懸命優しい気持ちで他人のために働く仕事は外国の人にと考えることが正しいのかしらと考えたりします。日本人が少なくなるのはわかるのですが、みんな持場持場で休みやゆとりばかりを追い求め汗をかいて喜ばれたり、達成感を味わう日本になつて欲しいです。

今年、私は7回目の年女、日頃思っていることを書かせてもらってもいい歳になったかもと、年の初めに生意気なことを書かせて頂きました。
本年もどうぞよろしくお願い致します。

前田 計子



通所リハビリのお正月♪

年末に通所リハビリ恒例のもちつき大会を開催致しました。

昔されていた事を懐かしみ、時には職員にご指導して下さりながら、みんな楽しんで、ぺったんぺったんとつきました。みんなでついたつきたてのお餅は、やっぱりかくて格別に美味しかったです！

お正月には、きらめき神社にお参りをして、今年もよい一年になるように祈願した後は、恒例の福笑を行い、賑やかに新年の初笑いを楽しみました♪

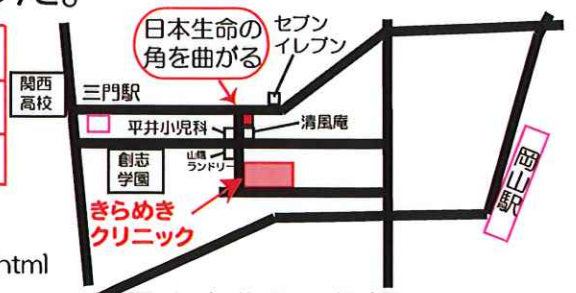
本年も、きらめき荘をよろしくお願致します。



1月より診療時間が変更になりました。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	×
15:00~17:30	○	○	×	○	○	×	×

TEL 086-252-5358



<http://www.okayama-junshinkai.co.jp/clinic/index.html>

医療法人社団 岡山純心会 きらめきクリニック

岡山市北区下伊福1丁目2-6

前田医院の御紹介!

新年明けましておめでとうございます！
昨年も岡山市の検診が六月から十二月まで行われましたが、皆様も受けられたでしょうか。

当院では今年も岡山市の検診期間にかかわらず、皆様の健康のサポートが出来るよう、様々な検査機器を取り揃えてご相談にのらせて頂きます。

では今回は、当院の数ある検査機器の中から3つの検査機器をご紹介します。

皆様、骨粗鬆症という病気がご存じだと思いますが、ご自身の骨密度測定をされたことはありますか。骨粗鬆症は骨の中がスカスカの状態になり、骨折をしやすくなる病気です。特に背骨や股関節の付け根は骨折する可能性が高く、歩行が困難になり、結果要介護状態となるケースが多くみられます。自覚症状は乏しい病気ですが、身長が縮む・背中が丸くなる・椎間板や脊柱管に異常がないのに腰が痛いなどの症状を感じる方は、もしかすると骨粗鬆症かもしれません。



そんな症状のある方は当院の骨密度検査をお勧めします。当院の骨密度検査は、わずかなエックス線を利用して手の骨を撮影し、解析することにより測定します。所要時間は五分程度です。骨粗鬆症と診断されれば治療や骨折予防対策を行うことが出来ます。次にご紹介するのは血管年齢が分かるABI・PWV検査です。この検査は手と足の血圧を同時に測定し、動脈硬化（血管の硬さ）の程度を測定します。こちらも検査時間は5分程度です。手足の痺れや冷え、高血圧症の方などは動脈硬化が進んでいる可



能性があります。こちらも心当たりのある方はご相談下さい。

最後にご紹介するのは肺機能検査です。肺に空気を出し入れする換気機能のレベルや肺の容積などを調べる検査です。咳や痰の多い方や息切れのある方、喫煙者などはこの検査を受けることをお勧めします。

検査方法は鼻をクリップでつまんでマウスピースをくわえ、息を吸ったり吐いたりして測定します。こちらの検査も5分程度で測定できます。

この他にも当院には心電図検査・胃カメラ検査・超音波検査・CT検査等、充実した医療機器を取り揃えております。

地域の皆様のご健康のサポート・病気の早期発見・早期治療を目指して、今年も努力して参ります。

お身体にお悩みのある方、検診をご希望の方は遠慮なくご相談下さい。



血管の硬さを計測(CAVI値)

正常範囲 1.0 注意範囲 0.9 動脈硬化の疑い

血管の詰まりを計測(ABI値)

内臓肥厚 外膜 内臓 中膜 内臓肥厚 詰まりの疑い

注意範囲 1.4 正常範囲 1.0 注意範囲 0.9

血管危険度チェック

あなたはいつあてはまりますか?

高血圧 糖尿病 脂質異常症 喫煙 ストレス 過度の飲酒 肥満 手足の痺れ・痛み・冷え 運動不足

動脈硬化度検査を受けてみませんか?

検査時間は約5分

血管の動脈硬化(硬さ・詰まり)が数値でわかります

岡山純心会 1月の予定とお知らせ

初詣 六日 デイサービスやさか

当番医 二十六日 グループホーム矢坂本陣・平津

朗読会 三十日 デイサービスやさか

前田医院 診療時間

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	×
16:00~18:00	○	○	○	×	○	×	×

TEL 086-284-7676

