### 泰大会 <sub>季刊誌 vol.13</sub>

# おさじ、10-12<sub>月号</sub>

泰大会 ・施設めぐり 旭町にある「とりの木

P

丁寧に、親切に。いざという時に頼れる存在!

### とりの木接骨院

骨折・捻挫・スポーツ傷害・交通事故治療

#### 町田市旭町 1-4-1

診療時間 午前 月~土 9:00 ~ 12:30

午後月火水金15:00~19:30

休診日 木曜午後、日·祝 ± 15:00 ~ 18:00



明るい待合室。本や膝掛けは もちろん、クッションや

スキンケアオイルの 試供品なども設置 しています。

> 受付·事務 福井



初めての患者様には痛みの部位や

いつから痛みがあるか 等を、問診表に記入し ていただきます。

受診後の様子にも気を配 り、帰り際のお声がけも 大切にしています。



### 2問診・評価

問診表を元に詳しくお聞きします。怪我であれば、骨折や脱臼がないかどうかを確認し、整復や固定といった適切な処置を施します。腰・肩・膝などの症状に対しては、患部のみならず全身を見て症状との関連性を考えていきます。また、生活環境も考慮して治療を組み立てます。

患者様の姿勢を確認し、身体の使い方を診ていきます。



### 干涉波

電気で筋肉を 動かし筋肉の 固さを改善し ます



### 手技療法

マッサージや調整を 行い、関節を動きや すくします



動作時痛や再発予 防に対し、簡単で 効果的な運動を指 導します。



### 3施術

豊富な治療機器や手技を 最適に組み合わせて 症状の緩和を図ります。

> 施術の一部 をご紹介



### 筋膜療法

吸引することで、 筋膜の緊張を速 やかに痛みなく 緩和できます



### 鍼治療

筋肉・ツボへの 刺激を行い、痛 みや筋緊張の緩 和を図ります

柔道整復師



#### 患者様が治療 のあと「楽になっ た」と笑顔を見せ て下さった時が、 この仕事をしてい て良かったと思え る瞬間です。

### 4 アフターケア

患者様と共に通院の計画を立てます。 当日の治療効果を持続させるため、

テーピングやセルフトレーニングの指導等を行います。

とにかく痛みを軽減したい、歩けるようになりたいなど患者様の様なニーズに合わせた施術や機能のき トレーニングを提供していきます。



テーピングにより日常動作での痛みを抑制します。

院長 **木村** 患者様によって一人一人症状は様々です。その方の症状に合った治療を施すために対話を大事にしています。対話の中に治療のヒントがあります。小さなことでも

話しやすい存在でありたいと 思い、日々診療しています。

### FC 町田ゼルビア FC 町田ゼルビア MF 背番号「24番」ロメロ フランク選手と MF 背番号「6番」李漢字 選手に対し、薬師台おはな接骨院で日々のコンディショニングケアサポートをしています。 ロメロ フランク選手と李 漢宰選手を全力サポ・

### ☆サポートの内容は?

二人とも共通で利用している のは、主に疲労回復を早める 効果が期待される水素吸入。

そしてフランクさんはマッ サージ・ストレッチなどの手 技を軸に、疲れや痛みをとつ ていくような内容が中心です。 その日の体調に合わせて、

「ラジオ波」や「スーパーラ イザー」「微弱電流」などの 物理療法器を用いた施術も 同時に行うことも。

一方、李さんは動作改善や 機能改善が期待される、特殊 フィットネスの「ホグレル」 や「低周波治療器」を使い、 **身体の動きを軽く**します。



ロメロ フランク 選手 1987年8月19日生 ペルー出身 177cm77kg 2018年加入

フランクさんは J2 リーグ戦 31 試合中 29 試合 (2019. 9.10 現在) に出場し、8 得点!!**チームの中心選手**とし て活躍中。ボランチでありながらペナルティエリア内へ 果敢に飛込み、相手に脅威を与える存在です!!

李さんは、2014年加入以来確かな技術と豊富な経験で、

チームを支える超重要選手。中盤 の底から、李さんの熱い気持ちで チームを鼓舞します!!

### ☆なぜサポートを?

フランクさんと李さん(院での 愛称)の活躍で、是非J1昇格を 実現出来ると良いですね!ゼルビ アサポーターだけではなく、町田 市民みんなの喜び、子供達にとっ ての大きな夢・目標になってくれ ると嬉しいです。そんな多くの人

> を笑顔に出来る選手達の サポートに全力を尽く しています! (福島)



漢宰 選手 1982年6月27日生 岡山県倉敷市出身 173cm68kg 2014 年加入



薬師台

🌶 おはなぽっぽクリニック

### お知らせ

### 新しいエコーを導入

エコー検査は、超音波を皮膚 に当てて、その反射を映像化す ることで内臓等の状態を検査し ます。レントゲンや CT スキャ ンと違い被ばくの心配が無いこ とから、心臓や腹部臓器、甲状 腺や乳腺、婦人科臓器、血管や 関節などあらゆる分野で安全な 精密検査として活用されていま す。

当院は開院当初からエコーを 導入し検査をおこなっておりま すが、もうワンランク上の鮮明 な画質で撮影可能な機器を導入 いたします。(Xario200)。

また、おはなぽっぽクリニッ クでは女性の臨床検査技師が常

> 駐しており、予約 なしで当日でもエ コー検査を受け、 結果の説明も行 なっております。 (坂本)

Xario200



報告 で とりの木接骨院

### 小・中・高柔道大会の救護を 担当しました

令和元年7月14日、とりの木接骨院が入会してい る町田市接骨師会の活動で、小・中・高柔道大会(於 町田市総合体育館)の救護に行ってきました。

負傷者は幸い少なく、軽い脳震盪と、爪が少し剥が れた子供の対応を行いました。少年少女達のひたむき に闘う姿を見て、とても良い刺激を受けました。

次回の活動は、10月に行われる町田市総合防災訓練、及びトリアージ訓練へ の参加を予定しています。(とりの木接骨院院長 木村)



熱気あふれる会場の空気!

### 予告 条 医療法人社団 泰大会 年末年始のお休み

年末年始のお休みは、以下の表で よくご確認頂けますようお願いいた します。(苅田)

業師台おはなぼっぽクリニック 薬師台おはな接骨院 ※土曜 … 午前のみ 8鍼灸マッサージ院	12月			1月				
	具	月	火	元日	- 木	- 金	±	且
公職及マッリーン所	29	30	31	1	2	3	4	5
近藤整形外科	休	0	休	休	休	休	休	休
とりの木接骨院	休	休	休	休	休	休	0	休
<b>陽だまり</b> 鍼灸 マッサージ院	休	0	休	休	休	休	0	休
薬師台おはなぽっぽクリニック	休	休	休	休	休	休	午前のみ	休
薬師台おはな接骨院 &鍼灸マッサージ院	休	休	休	休	休	休	午前のみ	休
薬師台おはな介護相談所・ 薬師台デイサービスおはな	休	休	休	休	休	休	休	休



## Osaji Face



薬師台おはなぽっぽクリニック

藤林 大輔 先生

ドクター(循環器科)

担当:第2・第4木曜午後(予約制)

毎月第2・4木曜日午後に循環器内科(専門外来)の診察に携わって頂いている藤林大輔先生。藤林先生の明るい(優しい)性格と、患者さんに対する親身な診療体制は、診療補助にあたる"おはなぽっぽクリニック職員全員"から厚い信頼を得ております。この度、改めて先生の人となりや、診察にかける想いをお聞きしたところ、先生の意外な人柄が見えてきました。それではインタビューをご覧ください!

#### 1 医師を目指したきっかけ

我が家は、江戸時代から先祖代々医者の家系でした。私で16代目(!)です。上越市の高田城の殿様を診ていた、藩医、御典医でした。

そんな家系ですが、父からは「将来、何になってもよいよ」と言われていました。父の留学で、アメリカカリフォルニア州ロサンゼルスに小学校2年生の時から2年間住んでいました。その経験から日本にとどまらない国際的な仕事をしたいと思っていました。視力もよいので

(現在も視力 2.0) パイロットになろうと思っていましたが、結果的に父が働いている姿が、将来の道を決定づけたのかなと、今振り返るとそう思いますね。例えば、飛行機に乗っていて乗客の体調が悪いときに「お医者さんはいませんか?」とCAさんから呼ば

れて、その乗客を助けて差し上げたり、同じマンションにお住まいの住民の方の体調不良時に手助けして差し上

げたりと、そんな父が

「誇らしい」と思うと ころもあり、父の影 響から"医師になろ う"と道筋が描かれ ていました。

また、弟も医師と なっていまして、同 じ循環器(不整脈)



知らなかった話がたくさん飛び出して、驚きを隠せないインタビュアー 坂本

の専門医です。最近では兄弟で手術することもあるんで すよ。

#### 2 目標とする医師像

患者様に自分が得意とする分野を最大限活用していただけるような医師になりたいです。以前より専門分野の診療も深くなってきており、野口院長のような総合診療の医師も必要ですし、一方で、各スペシャリストも必要とされています。自分が活躍できる場所に、いつもいる医師でありたいと考えています。

#### 3 趣味について

高校時代から、叔母にもらったクラシックギターを初めて弾いて、それ以来ギターを弾いて歌を歌う、それが趣味だった気がします。今でも続けていて、上手くなりたいわけでもないし、ただ弾いて歌っている時間が大好きです! //

現在活動中のバンドは、 野口院長や越宗先生 (精神科)等と大学時代から 継続しています。お世話 になっております。(定期 的にライブ開催)

この趣味の延長で、最 近流行りのロックフェス ティバリに参加すること



年に2回はバンドでステージ で演奏!音楽はロックに限る!!

が毎年のルーティンになっています。

#### 4 苦労していること 仕事の難しさ

与えられた外来時間内に説明に丁寧に時間をかけると、 患者さんの待ち時間が増える。一度丁寧に説明しておけ ば、二回目以降に外来にかかる時間は短縮される。

「急がば回れ」との思いではあるものの、結果的にいつも皆様をお待たせしてしまって・・・(泣)。申し訳なさと致し方なさの狭間ではございますが、気長にお付き合いいただければ幸いです。

5 本号は 10 月 1 日に発行されます。10 月から寒く なる時期に向けて、先生が身体に気を付けていることはございますか?

患者さまへの啓発もお願いします。

暑い夏も終わりをむかえ、外出しやすい季節となってまいります。夏の時期には熱中症などを危惧し、なかなか継続できなかったウォーキングなども再開できます。運動なくして健康なし!皆さん怪我のない範囲で外出しましょう。生活習慣病を正す良いチャンスです。

私は日頃、ジム通いに努めていますが、秋口はジム通いに加えて、近所のランニングの機会も増やしていますよ(週に1~2回は6km走っています)。

インタヴュアー: 坂本(おはなぽっぽクリニック)



血のたぎるロックフェス ティバル会場! 毎年、 「救護班」として参加して います。

今回のインタビューの間、楽しい時間を過ごしました。医師を目指したきっかけでは想像もつかないエピソードを聞いて驚愕しました!また普段通りの優しい語り口で、先生のプライベートがほんの少し垣間見えた気がしました。引き続き専門科(循環器)の診療をお願いしてまいりますので、気になる症状がある患者様は、藤林先生にご相談ください。

福島先生の 連載企画



あん摩マッサージ指圧師 鍼灸師 福島 佑-趣味 フットサル、DIY

今年の夏もすごかった・・・関東の梅雨明けが、例年より 約1ヶ月遅い7月29日!それまで20度前後の気温が一気 に30度超え・・・夏に向けての準備(心と身体)が全く出 来ずに突入した結果、炎天下のサッカーは正に命がけだった 福島です。読者の皆様も、今年の夏は体調管理がとても大変 だったと思います。お疲れ様でした!さて今回はそんな過酷 な夏を乗り切った自分へのご褒美に、秋の実りを食べ過ぎて お困りのあなたに送るツボ、「足三里」と「内庭」です。

旬のカキ・きのて・かぼちゃ・サンマ・フルーツを 食べ過ぎてお腹が痛い、あなたの為のツボ!

> ※押しすぎに注意! 心地よい適切な 刺激が、つぼ押し のコツです。

あしさんり 足三里

膝のお皿の外側にあるくぼみから 指 4 本分(人差し指~小指)下がったところ

効 能 :胃痛・胃痙攣・胃炎・胃下垂

ほかにも・・・ ヒステリー

脳卒中・半身不随

脚気·坐骨神経痛·腓骨神経痛· 小児麻痺

鼻炎・蓄膿症・花粉症 心窩部痛・お腹の張り 嘔吐・下痢・便秘・消化不良

松尾芭蕉は「奥の細道」を旅した 際、足三里に毎日お灸をして、胃 腸を整えていたそうですよ!

うらないてい 【内庭】 \*裏内庭

> 足の人差し指と中指の間の水かき部分が内庭 ちょうどその裏側が裏内庭

> > 効能:食中毒・胃炎・胃痛 ほかにも・・・

> > > 足背水腫・足指麻痺 上歯痛・顔面神経麻痺 心窩部痛・お腹の張り 下痢・便秘 虫垂炎

内庭は、妊娠中の悪阻 (つわり) に対する治療 でもよく使われます。



押し方指南

リラックスした状態が望ましい

気持ちいい、少し響くくらい

\*強く押し過ぎると肩が凝りますよ!

心構え

刺激の強さ

たいだいかい 医療法人社団 泰大会

♥この度は、本誌を手に取っていただきありがとうございま す。「おさじ」は、江戸時代の大奥などで医師を示す言葉だっ たそうです。体に栄養を運ぶ「おさじ(スプーン)」のように、 皆様の健康に役立つ情報をお届けして参ります。



**3** 042-794-7592

とりの木接骨院 **73 042-732-6620** 

次号も、どうぞお楽しみに!



訪問診療・内科・整形外科・外科・精神科・循環器内科 薬師台おはな 薬師台おはなぽっぽクリニック 介護相談所

ビス: 薬師台おはな接骨院&鍼灸マッサージ院 ホグレルフィットネス

**6** 042-737-7375

**№ 042-737-7373 №** 042-737-0771 **№** 042-737-5020

メディカルTERRACE CLINIC