



# 私の入院体験記

歯科医師 小谷野 徹

私事ですが、昨年末約3週間埼玉協同病院に入院していました。股関節を患い、手術・リハビリでの入院でした。

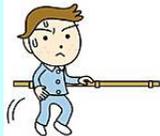


1年前くらいから、体を捻ったりすると『ポキポキ』と音がし始め、そのうち痛くなってきて、診察した時には『もう手術をしたほうがよい』との見立てでした。

診断は、右変形性股関節症。

ショックでした。なにしろ人生初の入院・手術・・・一大事です。

人工関節を入れる手術を無事終え、2日目にはリハビリで歩く訓練。びっくりしました。患部の痛みは全くなくなっていたのに、足が動かずそろりそろりの歩行訓練。



それから1週間くらいは車椅子、その後2週間くらいかけて歩行具・・・杖での歩行訓練は退院間際でした。

退院後は自宅療養し、自己リハビリに励み、ようやく職場復帰できました。

今回入院して改めて感じたことは、

- ①入院すると多くの病院スタッフの手助けが必要になること
- ②何気なく歩いていたことが、リハビリをやってみて、体の色々な動きが機能して歩行できるんだと実感したこと
- ③車椅子に乗って見て、病院内でも狭い所や人混みの中では操作が難しく、もっともっと車椅子の人などが便利なバリアフリーの社会を築かねばならないこと
- ④今回手術を受けたことで身障手帳を受けることになったが、日本は申請主義で、あまりその制度が知らされていないこと



体を治療したと同時に、医療生協職員として様々なことを学んだ入院でした。

## 診療時間

曜日	午前	午後	夜間
月・火・木・金	8:30~11:30	13:00~16:30	17:30~20:30
水曜日	8:30~11:30	第5のみ午後も診療 (13:00~16:30)	
土曜日	8:30~11:30	13:00~16:30 (第5は午前の診療のみ)	

●矯正診療日・・・毎週木曜日の夜間、第2・第4土曜日

●歯科往診もおこなっております。

急患の方へ

\*電話をまずお願いします。

空いている時間帯と患者さんのご都合で時間のご案内をさせていただきます。

2月号

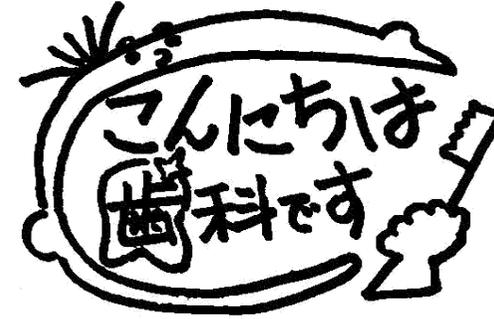
第150号 2012年2月1日  
発行 / 医療生協さいたま

## 生協歯科

〒336-0926 さいたま市緑区東浦和 6-16-1  
(外来予約受付) TEL: 048-810-6100  
(2階事務室) TEL: 048-810-6101 Fax: 048-810-6103

Eメール [sika-j@mcp-saitama.or.jp](mailto:sika-j@mcp-saitama.or.jp)

ホームページ <http://seikyo-shika.com/>



# 医療懇談会 開催!!

今年の医療懇談会は生協歯科でおこないます。  
生協歯科の外来で昨年実施した患者アンケート結果の報告・学習講演を企画しております。たくさんのかたの参加をお待ちしております♪

日時: 2月21日(火) 14:00~16:00

場所: 生協歯科 1階会議室

内容: アンケート結果報告・講演

参加費: 無料 定員: 40名

※ 申し込み用紙は別紙ちらしにございます。

お申し込みが定員になり次第事前に締め切らせていただく場合がございますので、お早めにお申し込みください。



さいたま市

## 歯科健診のご案内

歯科健康診査(成人歯科健康診査)

3月31日まで



＜お申し込み方法＞

随時受け付けております。

お電話で予約をお取りください。当日は、『がん検診等のご案内』はがき・保険証をお持ちください。

## 虹のバレンタイン行動

日時: 2月14日(火)  
11時~

場所: 東浦和駅頭

組合員・職員でアンケートはがきを配ります。

# 今年は何年(うるうどし)♪



歯科衛生士 小林 春瑠

2月4日から立春に入り、寒さがピークに達します。体調を崩しやすい季節なので、体調管理には気をつけ、口腔内をいつも清潔に保ちましょう♪



『薬用マウスウォッシュ **コンクールF** (洗口液)』はバクテリア(細菌)をシャットアウトして、後味よくすっきりとした爽快感を得られます。また、むし歯・歯肉炎・歯周病・口臭予防の対策にもなり、お口の中の健康を保てます。

## 《使用方法》

水約25~50ml(コップ約1/8~1/4くらい)に、コンクールFを5~10滴入れ、よくかき混ぜて1日数回うがいをしてください。

※ まれにアレルギー症状をおこすことがありますので、アレルギー体質のかたなどは十分注意をしてご使用ください。

これで2月の口腔内管理は完璧ですね。

さて、今年の2月は平年に比べ一日多く29日まであります。そして29日を閏(うるう)日といい、閏日がある年を**閏年**といいます。

閏年は西暦が、①400で割り切れる年 ②①以外の年で100で割り切れず4で割り切れる年にあたり、それがちょうど夏季オリンピックと同じ周期である4年に一度まわってくるので『オリンピック・イヤーズ』とも言われています。

なぜ夏季オリンピックが閏年におこなわれるかということ、神が与えた特別な一日こそ聖戦を飾るにふさわしい、という古代ギリシャに考えに基づく逸話があるそうです。



またイギリスでは『飛躍の日』→ leap day (飛び越える日)と言って、2月29日にこの日だけは女性から男性へのプロポーズが公認され、プロポーズされた男性はそれを断ることができない、という伝統的な行事があるそうです。

そういったことから閏年は、特別な日であり、神聖な日なのです。

# ボランティア 真珠の会

植木のお手入れ・草取り・本棚の整理・治療器具を入れる滅菌袋切りなど。。初めての方、大歓迎です! ぜひお手伝いください!!

次回 **2月10日(金) 9時30分~生協歯科1階玄関前**

(内容: 植木のお手入れ・本棚整理など)

※ 通常は毎月第2土曜日に活動しております♪



## 『虹の箱』から

= 生協歯科 事業所利用委員会 =

12月は4件でした。ありがとうございます!!



■本日の歯石取りの担当のかた、安心して受診できました。また「超音波で取りますので、痛かったら言って下さい」等、目をつむっている患者にとっても分かりやすく、リラックスして診療台の上にはいました。ありがとうございました。

→ご感想ありがとうございます。ご自身で目視できない歯の治療はどなたでも緊張しますよね。これからもすべての患者さんが安心して治療を受けられるよう、お声かけや気配りといった接遇を職員一同精進していきたいと思っております。

■第2駐車場は夜になると真暗になり、スペースの線が全く見えないので、停めるのに苦労します。何とかならないものでしょうか?

→ご意見ありがとうございます。第2駐車場近隣は住宅街のため駐車場内に照明を設置できずご不便をおかけし申し訳ありません。駐車スペース周辺と足元に気をつけて御利用いただきますようお願いいたします。

■治療中トイレに行くことがあるので、長い廊下を急ぐので手すりがついているとよいと思います。杖を持って歩いていますが、転びやすく心配です。

→ご意見ありがとうございます。早速利用委員会で院内巡視をいたしました。車椅子の方や小さいお子さんの目の高さになる手すりは危険を伴うため、トイレ前通路・診療室通路とも廊下巾の関係もあり設置が困難という結果になりました。大変申し訳ないです。治療中診療室を出られる際はどうぞお気兼ねなく診療スタッフにお声かけください。

■駐車場の車止めが中途半端についているため、前向き駐車だと車体が傷ついてしまう。待合室の臭いが気になる。丁寧な診療ありがとうございます。

→ご意見ありがとうございます。早速利用委員会で巡視いたしました。一般的な車止めを設置しているのですが、車体の低い車種によっては傷がついてしまう恐れがあるかもしれません。また、中途半端な位置というのと待合室の臭いについて具体的にお聞かせいただけたら幸いです。

## 組合員活動だより

### 『善前保健教室』を開校して

浦和南東支部 黒澤 和子

昨年10月から2ヶ月かけ、浦和南東支部で**保健教室**を開校しました。受講生は12名。

『知っていたつもりで病気の知識・薬の知識・・・今回改めて勉強になった』『様々な健康チェックが自分でも出来ることを知った。塩分チェックは毎日の食生活・健康に影響してくるので、今後は気をつけて暮らしたい』『運動の実技講習もみんなまじめに取り組み、もう少し時間が欲しいと思った』『各講師の先生方、明解なお話でよく理解できた』『教室も楽しく、参加して本当に良かった!!』などなど、たくさんの意見・感想が寄せられました。



そして何より刺激を受けたのは、最終科目の埼玉協同病院院長先生の講義内容でした。

《脳死・臓器移植》のお話は、今まであまり考えたこともなく重い内容でした。でも気づいたら院長先生の巧みな話術に引き込まれていました。人間の脳の機能の不思議さに神秘を感じた講義でした。

埼玉協同病院の見学は一部だけでしたが、病院職員の説明に、以前とは格段に進歩した医療が感じられ、今後の発展を期待したいと思えました。

今回保健教室を卒業された方には教室で学んだ知識を十二分に活かして、今後の支部行事に楽しく積極的に参加してもらえたら♪・・・と思えました。