

大腿四頭筋のストレッチ

骨大腿四頭筋は前ももの筋肉で、膝を伸ばす役割があります。柔軟性が低下してくると膝に痛みが出やすくなってきます。

写真のように横向きに寝ていただき、上になっている足の甲をつかみながら膝をうしろ側に曲げ、踵をお尻に近づけながら前もものを伸ばしましょう。腰を反らさないように注意してください。伸びたりないと感じた方は、肩・骨盤・膝が一直線になるように意識してみましょう。だいたい20～30秒、1日2～3回、痛みのない範囲で大丈夫です。身体の向きと足も変えて反対側も同様に行ってみましょう。

ストレッチ効果により、血流改善にも役立ちます！

注意：膝に痛みがある方は主治医に相談してくださいね！



回復期リハビリ病棟の休日リハビリ開始



当院の回復期病棟では、365日体制で患者様にリハビリテーションを提供しています。平日のみでなく、土日祝日を含め毎日、リハビリができる環境を令和5年11月から整えました。

365日と聞くと、とても大変に思われるかもしれませんが、休みの日が続くとせっかくついてきた筋力が元に戻ってしまったり、動きを忘れてしまうことがあります。そのため、回復期病棟では日をあけずに継続してリハビリを行うことで、できるだけ早い機能回復や能力の改善につなげることを目標に行っています。

在院日数の短縮に対して効果があると報告もされております。患者様の体調にあわせつつ、一人ひとりの患者様に寄り添いながら、無理のない範囲で毎日のリハビリにやりがいをもっていただけるようがんばっていきます！

* 交通アクセス、駐車場に関しては、ホームページまたは当院へお気軽にお問い合わせください。

www.gorinbashi-seikei.com



医療法人 五輪橋整形外科病院
Gorinbashi Orthopedic hospital

〒005-0802 札幌市南区川沿2条1丁目2番56号
TEL.011-571-2001 (代表)

診療科目

整形外科・リウマチ科・
リハビリテーション科・麻酔科

あとがき

今年は当院にとって、大きな転換点になりそうな感じがします。四半世紀もの間当院で診療にあたった広瀬名誉院長のご退職。患者様にも多くのファンがいらっしゃいました。広瀬名誉院長お疲れ様でした。そしてありがとうございました。これからは新しい風を吹かせてまいります。

医療法人 五輪橋整形外科病院 広報誌

五輪橋整形通信

VOL.08
2024.3

ご自由にお持ち下さい

Gorinbashi Orthopedic hospital/PUBLIC RELATIONS MAGAZINE



CONTENTS

- お知らせ 当院の感染対策について
- P 2 広瀬医師 退職の挨拶
- P 3 大場医師 看護部長着任の挨拶
- P 4 大腿四頭筋のストレッチ／回復期リハビリ病棟の休日リハビリ開始 他

お知らせ

当院では**感染対策**として引き続き下記の対策をおこなっております。

- 37.5℃以上の発熱又は風邪症状のある方はスタッフまでお知らせください。
- 昼のロビー閉鎖は解除としておりますが、清掃消毒は引き続き行います。
- ご面会の禁止～感染者の状況情勢を見極めた上で検討してまいります。

退任のご挨拶



名誉院長
広瀬 和哉

令和6年3月31日をもちまして、
広瀬名誉院長は定年を迎え
弊院を退職することになりました。

このたび3月末にて定年退職することになりましたのでご報告申し上げます。

西暦が変わった2000年春に札幌医科大学整形外科教室を退局し、五輪橋整形外科病院に入職しました。当時は故佐藤院長のもと、田中先生・石間先生と私の計4人態勢で診療業務に当たっておりました。しかし、石間先生および田中先生も退職された為、しばらくはマンパワー不足で悪戦苦闘・疲労困憊の毎日を過ごしておりました。

平成27年春には闘病中であった故佐藤院長が急死され、急遽3代目院長を命じられた次第です。院長職は私にとって不慣れでしたが、職員一同の協力のもと続けることができ大変感謝しております。在職中の一番の出来事はコロナ禍での診療でした。幸いにも職員、入院患者さんとも重症化することなく乗り越え、令和4年念願の新病院完成に漕ぎ着ける事ができました。これを機に故佐藤院長のご子息にバトンを渡すことができましたので、院長職を下りさせていただきました。

五輪橋整形外科病院を潰すことなく次世代に引き継ぐ事ができ、亡くなられた佐藤院長との約束が守れた事に安堵しております。現在の心

境は、アメリカ陸軍元帥ダグラス・マッカーサーが退任演説での有名なフレーズ。「Old soldiers never die, they simply fade away」、和訳すると「老兵は死なず、ただ消え去るのみ」。私の任務は終わった心境です。

長年通っていただいた患者さんとお別れするのは後ろ髪を引かれる思いですが、今後は体調がすぐれないこともあり外科医としてはメスを置き、札幌を離れ田舎で「整形内科医？」として「のんびり」と細く長く働く予定です。

足腰が悪いのに雨の日も雪の日も通っていただいた患者さん。何時間も診察で待たされても文句一つ言わない患者さん。孫の代まで3世代で通っていただいた患者さん。遠方に引っ越したにもかかわらず1時間以上かけて通い続けてくれる患者さん達に勇気づけられ、癒され、パワーを頂き続けることができました。大変感謝しております。

また、共立五輪橋病院および中村記念南病院の諸先生をはじめ近隣の先生達には、日々助けられ4半世紀にわたり勤務する事ができました。言葉では言い表せない程感謝しております。

今後の皆さんのご多幸をお祈り申し上げます。

着任のご挨拶



診療部長として
着任致しました。

出身●東邦大学医学部卒業
略歴●
平成28年/北村山公立病院 リハビリテーション科代表医長
平成29年/北村山公立病院 整形外科代表医長
令和元年/日本医科大学多摩永山病院 整形外科 助教
令和元年/日本医科大学多摩永山病院 整形外科 医局長
令和3年/禎心会病院 整形外科 医長
令和4年/大洗海岸病院 医局長
令和5年/五輪橋整形外科病院
専門分野●人工股関節、人工膝関節、整形外科一般、外傷
専門資格●日本専門医機構認定整形外科専門医

診療部長 大場 良輔

はじめまして。令和5年9月に診療部長として就任致しました大場良輔です。日本医科大学の整形外科医局員として約16年間修業を積み、家内が札幌の出身だったこともあり、縁あってこの度、五輪橋整形外科病院に勤めさせて頂くことになりました。専門領域は股関節疾患、および一般外傷疾患です。趣味はもっぱらサッカー観戦で、中継、スタジアム観戦、国内外問わず日々情報を追いかけています。思い起こせば、2002年にサッカー日韓W杯が開催された際、当時まだ医学生でしたが札幌ドームまで家族で試合観戦に来たことが、これまでの人生において最も深い自分と札幌との関りでありました。そのときの試合でドイツがサウジアラビアに8-0

で大勝するのを目撃し、アジアと本場ヨーロッパの間には途方もないほどの実力差があるのだと痛感したものでした。それが現在、20年以上の時を経て、学生だった自分は医師免許を取得し、新たな家庭を持ち、2人の子供に恵まれ、再び札幌の地を訪れ就職することになり、一方そんな頃にはW杯で日本がドイツを下してしまう時代になっていたことを思うと、恐ろしいほどに早い時の流れと進歩に驚愕してしまいますが、これから始まる新しい日々を一日も無駄にすることの無いよう精進し、いつか今度は息子を札幌ドームに連れて行く日を楽しみにしながら、五輪橋整形外科病院に貢献していきたいと考えています。よろしくお願い致します！



看護部長
加藤 咲子

心温まる
気遣いが
できる看護を。

この度、令和5年9月より看護部長として就任しました加藤 咲子と申します。

前職では看護部の教育担当、病院運営企画部に所属し、感染対策室の立ち上げや、救急部門で働いていた経験を活かし医療安全部門に貢献しておりました。

看護部が目指す看護は、「患者様一人一人の最善を考え患者様ご家族の思いに寄り添い、誠実な心をもった看護、心温まる気遣いができる看護」です。

看護職に求められるものは、プロ意識をもち自覚することです。そして、社会の多様なニーズ、時代の

変化に対応できる看護実践能力、判断能力、患者さま、ご家族様のほか、他職種と良好な医療チームを構築できるコミュニケーション能力が必要です。看護の心は、自分の身近なところに常にあると考えております。

病院の中だけではない自分の周囲、家族や友人、自分が関わる人に心が温まる接し方ができるが原点だと考えます。

職員が「倫に学び倫に支えあい成長できる」そして自己を大切に、生き活きと働き良質な看護を目指して参ります。