

# はらはちぶ

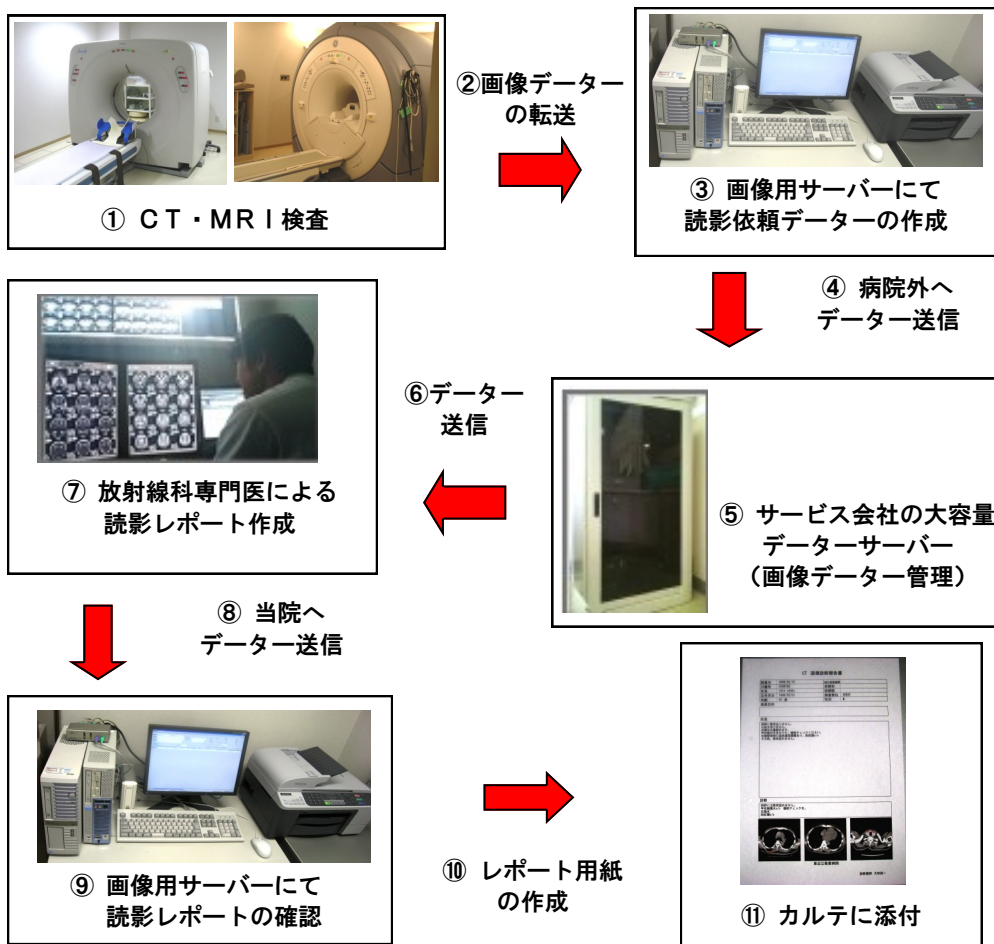
第93号

発行日平成20年3月1日

## CT・MRI遠隔画像診断

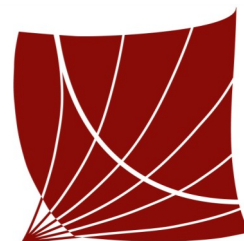
当院では、CT・MRI検査をおこなった際は、結果を主治医（検査の指示を出した医師）と放射線科医（画像を見る専門の医師）の“Wチェック”にて患者様にお伝えするシステムをとっております。従来は週に2回、放射線科医が来院し読影を行っておりましたが、2月より通信回線を使った遠隔画像診断システムを導入しました。これにより、放射線科医が来院することなく、画像データのやりとりで読影を行うことができるようになりました。

新しい仕組みについて簡単にご説明致します。



読影予定日はあくまでも週2日ですが、それ以外の日でも緊急依頼が可能となりました。専用回線を使用しているため、個人情報保護対策もしております。また、将来普及されるであろう電子カルテ化にも対応しております。

（文章：尾谷）



### 目次:

CT,MRI遠隔画像診断	1
“ギャル曽根”の謎	2
ピラティス	3
もみじの木 植樹	4
編集後記	5

日本医療機能評価機構認定病院  
救急指定病院

東近江敬愛病院

電話 0748(22)2222

FAX 0748(22)2221

Http://www.keiaikai.or.jp/

発行責任者：広報委員会

# “ギャル曽根”の謎

最近、テレビでよく放映されている“大食い選手権”。普通の人の何倍もの食欲で、カレーやラーメン、ステーキ、寿司・・・などを、いとも簡単に食べつくす“フードファイター”達。観ているものにとっては一種の憧れと興味を誘い、何人かのタレントまで誕生しました。その中の草分け的な存在として「ギャル曽根」さんは、今や“時の人”となっています。

彼女を見たとき殆どの人が“大食い”をするような体格でないと感じると思います。あれだけのものを食べつくし、どうして太らないのか？成人病などの病気にならないのか？

以前、テレビでギャル曽根さんの身体についての秘密を解明していました。

・褐色脂肪細胞が多い → エネルギー消費量が多く、一日を通してそれが継続している。

褐色脂肪細胞というのは一応脂肪なのですが、他の脂肪を燃焼させる機能を持ちます。この褐色脂肪細胞は生まれつきその人その人で持っている量が決まっているようで、その細胞が多い人ほど脂肪の燃焼効率がよく「太りにくい」ようです。

・ビフィズス菌が多い → 非常に消化がスムーズで便秘にならなくて、すぐに排出される。

・胃での消化が早い → どんどん食べても直ぐに胃から腸へと送られていく。  
胃に食べ物がたまらず、腸にたまる。

・血糖値が上がらない → 食後血糖値が普通と違って、殆ど上昇しないので満腹感が少ない

などによって大食いができ、それでも太らないのだそうです。

少しギャル曽根さんの謎が解けたような気がしますが、しかし、成人病に将来なるかどうかは、データがなく判らないということでした。つまり、フードファイター達は特異な体質を持った方達で、私たちが彼女らの真似をしたら大変なことになるかもしれません。しかし、度肝を抜く食欲に、自分もテレビに出て、あんな美味しい食べ物を腹いっぱい食べてみたいと羨ましく思うのは私だけではないと思います。その上、いくら食べても太らないのなら“鬼に金棒”ですね。（食費はかかりますが）



人類を含め、すべての動物は食欲を満たす為と子孫を永続する為に生きていると言っても過言ではありません。食に付いて興味を持たない人は居ないと思います。時代背景も含め、フードファイター達は偶然ではなく、平成の時代だからこそ現れたヒーロ・ヒロインではないでしょうか。それだけ平和な時代と言う事ですかね。

# ピラティス

皆さんは「ピラティス」という言葉をご存知ですか？ピラティスとは、“筋力トレーニング”の一種です。筋力トレーニングでは、バーベルなどで負荷を掛けて身体の表面の筋肉を鍛える“ウェイトトレーニング”が有名ですが、ピラティスでは、身体の奥にある筋肉をゴムなどの反動を利用して鍛えます。減量効果もあり、女性にも無理なくできるトレーニング法です。

本年4月より施行される“特定健診”では、腹囲の測定が義務化され、メタボリック症候群と呼ばれる内臓脂肪の採り過ぎに着目されています。少し心配な方には最適なトレーニング法だと思います。簡単なピラティスを2例紹介します。1ヵ月続けてみてください。驚くほどの効果があると思いますよ。

《新星出版社「お腹 集中レッスン」 参照》

## ①お腹の奥にググッと効く！

1. 仰向けになり、両手を上げる。
2. 息を吸いながら、両脚をそろえて上げる。
3. 息を吐きながら上体を起こし、腕と脚が平行になるようにする。息を吸いながら頭だけ下ろし、これを8回繰り返す。



↑POINT：両手は床と垂直になるように上げましょう。



↑POINT：背中はまっすぐ伸ばすことが大切です。

## ②下っ腹のぜい肉を撃退！

1. 仰向けになり、腕を頭の下で組んでひざを曲げる。
2. 息を吸って、吐きながら頭を起こす。
3. そのまま両脚を伸ばし、2の姿勢に戻る。これを10回繰り返す。



↑POINT：つま先とつま先の間は、こぶし1つ分くらいあけましょう。



↑POINT：目線はおへそかつま先へ向けましょう。





# もみじの木 植樹



2月中旬に新館庭園に“いろはもみじ”の木3本が植樹されました。

いろはもみじは、東近江市の木として選定された木で、市内では本山永源寺、百済寺など、秋の観光シーズンには、県内外から多くの方が観光に訪れます。

当院でも、患者様やご家族の皆さんにとって、少しでも“心のオアシス”になればと考えております。

この3本のもみじが早く大きくなり、庭園一

## 編集後記

東近江敬愛病院

<http://www.keiaikai.or.jp/>



“ハニカミ王子”こと、ゴルフの石川遼選手がプロ宣言をしてプロゴルファーになりました。

「アマチュアがプロになる」と言う事はどんな意味があるのでしょうか？勿論、プロになれば賞金や賞品を手にする事が出来ます。生活をしていく為の糧を得る事ができます。

私の考えでは、アマチュアとプロの違いは、そのスポーツ・職業に対する責任の重さ・厳しさではないかと思えます。高校野球では負けたチームにも暖かい拍手が贈られますが、プロ野球では優勝を逃したチームには罵声が浴びせられます。プロとして賞金やサラリーを貰っている以上は、絶えず責任を自覚して行動しなければなりません。ボクシングの“亀田親子”などはプロとしては失格だと思えます。

“プロ・アマチュア”という考え方でいけば、すべての職業においてサラリーを貰っている者は“プロ”と言う事になります。自分の仕事についてプロとしての自覚を持ち、責任を意識して行動していく必要があります。「プロ意識」とは、こう言う事を指します。学生達が就職が決まった時点で“プロ宣言”したと考えていいと言う事ですかね・・・。

病院は、医師、放射線技師、看護師、薬剤師、検査技師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士、工学技師、介護福祉士、ケアマネジャー・・・資格を持った者の集まりですが、それぞれが“プロ意識”を自覚し、責任を持って患者様やご家族のために頑張っていきたいです。

PS：3ページの“ピラティス”を1ヶ月行なつての感想を教えてください。

写真のモデルは私です。ちょっと恥ずかしかったです（笑）

（文章：H）