

整形外科やましな医院

ニュースレター

やましな医院

整形外科



Vol. 7

平成 28 年 新年号

院長より 新年のご挨拶

新年明けましておめでとうございます。

毎日寒い日が続きますが、いかがお過ごしでしょうか？寒い日が続くと、運動がおっくうになりがちですね。そこで、少し怖い研究報告を見つけました。北欧の研究で、2週間運動を休むと若い人で30%、高齢者で25%の筋肉が落ちると報告されています。これはなんと、約30~40年の老化と同じ量なのです。また、落ちた筋力は、自転車のトレーニングを週4日、6週間しても戻らなかったそうです。運動は、休まず意識的にしないといけないですね。

今年も、当院では運動療法を中心に皆様の健康の手助けをしていきたいと思っております。本年もよろしくお願い致します。

山科 佳弘（院長）

日本整形外科学会 専門医
同 脊椎脊髄外科 認定医
同 運動器リハビリ認定医
日本リウマチ学会 専門医



皆様が声をかけやすい環境を心掛けていきたいと思っております。

不安な事、分からない事等、何でも気軽にお声掛け下さい。本年も宜しくお願い致します。

スタッフ一同

謹賀新年



新しい職員を紹介します

宮崎 溪仁（理学療法士）

はじめまして、1月より入職致しました。大学までサッカーをしており、運動が好きで現在はフットサル・テニス・スノーボード等をしています。ライブも好きで、基本的にはアウトドア派です（笑）。皆様から頼りにされる男になれるように頑張りますので、宜しくお願い致します。



細川 典子（リハビリ助手）

はじめまして、12月より入職いたしました。2人の娘を育てながら日々業務に励んでおります。まだまだ分からないことも多いですが、いち早く顔と名前を覚えていただき、皆様の支えになれるよう頑張りたいと思います。



退職者挨拶

藤沼 佳奈（理学療法士）

この度、こちらを退職し、地元埼玉へ戻り新しく立ち上げる病院に勤務する事を決めました。新たな挑戦となりますが、こちらで出会った皆様に頂いた元気・笑顔を糧に頑張っていきたいと思います。短い間でしたが、お世話になりました。



お知らせ

★平成27年度の肺炎球菌ワクチン予防接種の助成対象期間は、平成28年3月31日までとなっております。ご希望される方は、お早めに受付までお声掛け下さい。

★この時期、インフルエンザが流行しやすくなっています。ワクチンの効果が出る迄に2～4週間はかかります。ワクチン接種がまだの方は、お早めに。外出の後の手洗いうがいも忘れずに！尚、高熱の方、インフルエンザ症状のある方は、診療受付前に、まず駐車場より携帯電話からお電話下さい。受付職員が対応致します。

★また、月1回保険証の確認をしております。月の途中でも保険証の変更や変更予定のある方は、必ずお申し出ください。



山名町 1 5 4 8 番地

027-347-0202
<http://yamashinai.in.com>

