



医療法人
団仲会



奥島病院

おくじま通信



〈理念〉・最善をつくす信頼ある病院 ・献身と寛容の心で行う医療と介護

松山の絶景 謎の巨石群

私が松山に住むようになって7年、せっかく四国で暮らすなら、色々な名勝、旧跡を見てみたいと思っているので、一昨年は88ヶ所巡礼の旅をし、昨年は結願のお礼参りに高野山(四国ではありませんが)まででかけた。こうして四国各地を訪ねて見ると、まさしく絶景と思われる場所はいくつもある。松山近郊では、世界遺産と我が家で呼んでいる(笑)。大三島亀老山展望台から見る『しまなみ海道』瀬戸内の景色、御荘の回転展望台から見る宇和海の美しさ。他にも内子の町並みも、石畳地区の屋根付橋も面白かった。

この秋私が行ったのは『白石の鼻』と言う場所で、単なる景色の良い場所だけではなく、とても興味深い話題が存在する場所なので、紹介する。高浜の先、免許センターに行く途中にある場所で、松山に住む人の多くが知っており、釣り好きな人にはポイントとして有名な場所である。この『白石の鼻』は、古来より白石龍神社があり、地元の方から『りゅうごんさん』と呼ばれ五穀豊穡・漁業の神様として崇敬が篤い場所である。そして『白石の鼻』にはこれまで自然風化・浸食などによって形成されたとされる花崗岩の巨石群がごろごろ存在していることでも知られている、それが『松山・白石の鼻巨石群』である。地元の方では、子供の頃から自然のモノと言いつづえられ、教えられていたため奇異に感じる方は少ないようであるが、『人工的に積み上げられているのでは!』と言うインスピレーションから『白石の鼻巨石群調査委員会』なるグループがある。

このグループの観測によると、『白石の鼻』にある巨石群と太陽の運行(特に日没時の夕日の光)と連動していることが確認できている。中心となる白龍石(地元では三ツ石と呼ばれている)には大きな空洞が空いており、観測台と思われる観測ポイントからほぼ真西(方位269度)に位置している。春分から約1週間、秋分までの約1週間はその空洞を通過した美しい夕日の帯(「龍が昇る道」と呼んでいる)を見ることができる。

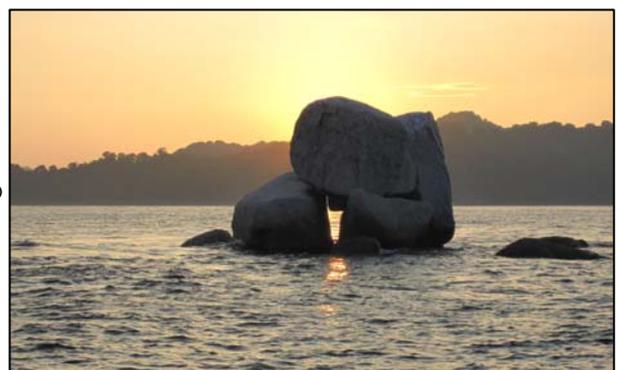
夕日の帯を見よう!!

私達が行ったのは秋分の日の前前日、駐車場があるかどうか心配しながら、高浜から堀江へ車を走らせる。西日の中『白石の鼻』がみえてきた。カーブを曲がった駐車スペースに、何台か車が止めてあり、その間になんとか車をスベリこませる事が出来た。私と同じ様に、秋分の夕日を目にきたのかと思ったのだからなんでも違う。そうか、ここは釣りのポイントとして、太公望には有名な場所であった。巨石群には、白石龍神社の方から降りていく。足元の石はズルズルと滑りやすく、そろそろと観測台と言われる石の所まで行く。頭の片隅に帰りは、満ちて帰れなくならないかなと思いつつ...夕日はまだ興居島のはるか上である。さてどこで見るのが一番かうろうろしていると、なんでもここで夕日を見ている方がいらして、どの位置で見れば夕日が空洞を通り、綺麗な線になるのを見ることが出来るか。又、まるで春分・秋分の日没時に光の通過ラインに合わせて掘られたごとき、石に引かれた線の事も教えてくださる。確かにある石には、自然に付いたとは思えない不思議な線がある。そうこうしているうちに夕日はだんだん巨石を照らしてくる。観客は案内人の様な方と、近所の仲良し老人三人組みと私達夫婦の計六人。ついに夕日が巨石の中に入った。空洞を通過したオレンジ色の光が私達の方へ伸びている。

これが夕日の帯だ!!

感動の瞬間であった

『古代の人が、太陽の動きに合わせて巨石を積んだ』と思うのも夢があって楽しいのではないかな。小さいけれど伊予のストーンヘンジである。皆さんが、光の帯が見る事ができるのは、来年の春分後一週間。癒されに行ってみては如何ですか。



撮影：前川 正久

子宮筋腫・子宮内膜症について

○子宮筋腫ってなに？

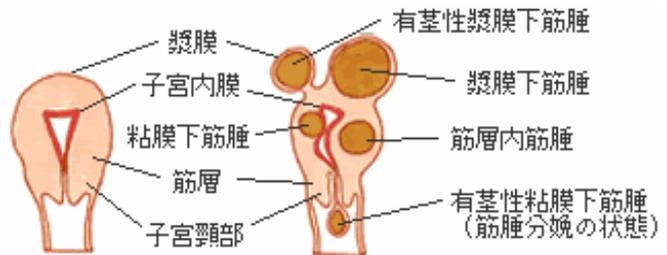
・子宮に出来る良性的腫瘍です。
(小さいものを含めれば、30代後半女性のうち4人に1人見つかります)

○症状は？

・月経痛 ・下腹部痛、腰痛 ・過多月経→貧血 ・不妊 ・便秘、頻尿など

○分類は？

- ・漿膜下筋腫 …… 子宮の外側に突き出すようにできる。
- ・筋層内筋腫 …… 子宮の筋肉(壁)の中にできる。
- ・粘膜下筋腫 …… 子宮の内側、内腔にできる。



○子宮内膜症ってなに？

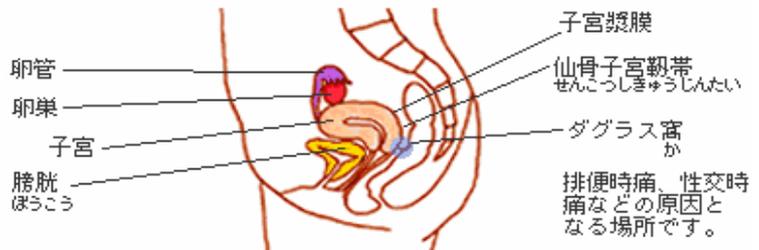
・子宮内膜もしくは、それに類似した組織が本来存在しない場所に発生し、発育する病気で20代～30代に多いです。

○症状は？

・月経痛 ・下腹痛、腰痛、性交痛、排便痛 ・過多月経 ・不妊(20%～70%)

○分類は？

- ・子宮の筋層 …… 子宮腺筋症として区分
- ・卵巣 …… チョコレート嚢胞
- ・腹膜、ダグラス窩(子宮と直腸の間のくぼみ)
- ・膈、直腸、尿管、膀胱、横隔膜、肺、リンパ節



当院婦人科の診療内容と特色

●子宮がん、卵巣がんの検診を行っています。

子宮筋腫、子宮腺筋症、子宮内膜症、良性卵巣腫瘍、膈や外陰の疾患などの診断と治療を行います。

当院では膈式の手術が多く、子宮筋腫、子宮腺筋症の手術は可能なかぎり膈式で行います。

高齢化の近年、増加した子宮脱、子宮下垂の手術を膈式に行います。膈式の手術は開腹しないで腹部に傷がつかず、喜ばれています。

月経異常、性感染症、更年期障害も治療しています。

若者の性に関する相談を受けています。

●当院には内科、外科、整形外科、脳神経外科、泌尿器科、循環器科、糖尿病内科、形成外科の医師が勤務しており、婦人科の患者さまに対して、関連のある科の医師と連携相談して、患者さまのために各専門性を生かした治療が行えます。

●主な検査(当院にて検査できます)

腹式、膈式超音波検査 ・CT ・MRI

各種血液検査当院には、経験豊富なDrもおりますので、少しでも心配な方は一度診察を受けていただけたらと思います。

婦人科予約診療を始めましたのでお知らせいたします。

予約専用電話 フリーダイヤル 0120-250-688

予約受付時間 月・火・木・金：午前9時～12時、午後1時30分～5時

水・木：午前9時～12時

※土・日・祝は予約受付していません。

待ち時間短縮プロジェクト発足！！

この度、奥島病院ではご利用様が快適に医療を受けていただけるよう「待ち時間短縮プロジェクト」を発足させました。第一弾としまして、待合室に雑誌を置かせていただいております。置いてほしい雑誌等ありましたらご要望に出来る限りお答えしますのでアンケート用紙に記入していただけたらと思います。

また、会計呼び出しモニターの設置を致しました。いままでは、会計が出来ているかわからない状況で不安等あったと思いますが、今後は会計が済んでいるかどうか分かりやすくする為に番号をモニターに表示できるように致しましたのでよろしくお願い致します。

1、待ち時間とはなにか？

待ち時間には大きく分けると二通りの待ち時間があります。一つ目は、「物理的な待ち時間」があります。二つ目は、「心理的な待ち時間」があります。

2、「物理的な待ち時間」とは？

物理的な待ち時間とは、実際に経過して待った時間のことをいいます。これは、ある作業を10分短縮したら待ち時間が10分間短くなるといったものです。

3、「心理的な待ち時間」とは？

心理的な待ち時間とは、実際に過ぎた時間よりも長く感じたり、短く感じたりする時間のことを言います。例えば、急いでするときの10分間と、好きなことをしているときの10分間では全く違った印象を受けると思います。これは、「まだ10分」と「もう10分」といったように言葉で言い表すことも出来ます。

4、病院における待ち時間とは？

病院において、待ち時間は長年の問題であります。「物理的な待ち時間の短縮」は業務の効率化を図ることにより、少なからず効果はありますが、根本的な対策にはなりません。なぜなら、病院において待ち時間が急激に減るということは、診察時間など重要な部分の時間が削られてしまっている状態であるからです。

しかし、そのままの状態では良いはずは無いので、ここで「心理的な待ち時間の短縮」が病院にとって重要になってくると思われます。その為にも、ご利用者様に快適で安らぎの空間を提供し、待ち時間の間に有意義な時間を過ごしていただけるようにしていく事が重要であると考えております。

★★ 奥島病院 野球部 再結成 ★★

この度、奥島病院の職員で野球部を再結成しました！！もうかれこれ、数十年前？に野球部は存在したらしい・・・ですが、奥島病院も高齢化に伴い、おじいちゃん、おばあちゃんばかりになってしまったので消滅してしまったとの事・・・

近年において、奥島病院も若い職員が増えてきたこともあり、野球部の再結成を行いました・・・しかし、野球経験者がほとんどいないという状態で野球部を結成して大丈夫なのか？？という心配をよそに松山市のサファイアリーグに所属が決定、部員もギリギリ練習もそこそこで初試合に挑み見事に完敗・・・。第二戦も完敗だったのですが、守備が練習のおかげか少しずつですが向上しております。こんな、チームですが一生懸命がんばりますので、心の片すみでいいので皆様応援をよろしくお願い致します！！



睡眠時無呼吸症候群(SAS)診療のご案内

○睡眠時無呼吸症候群 (SAS) という病気をご存知でしょうか？

睡眠時無呼吸症候群(SAS)は、快適な眠りを妨げるだけでなく、生活習慣病やメタボリックシンドロームとも関連する病気です。

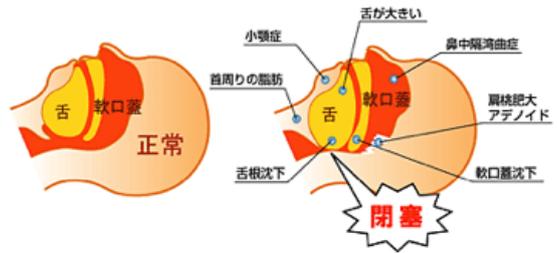
いびきをかく、日ごろ熟睡感を得られない、起床時に頭痛がある、少し太り気味・・・心当たりのある方は、睡眠時無呼吸症候群(SAS)である可能性が考えられます。

当院では、専門医が睡眠時無呼吸症候群 (SAS) の診療を行っています。

○睡眠時無呼吸症候群 (SAS) とは？

睡眠時無呼吸症候群(SAS: Sleep Apnea Syndrome)とは、睡眠中に何度も呼吸が止まってしまう病気です。

気道(空気の通り道)が閉塞してしまうことが大きな要因として挙げられます。気道を狭くさせる原因がさまざまです。



十分な睡眠時間をとって体を休ませているつもりでも、無呼吸状態は脳が起きた状態になってしまうので、質のよい睡眠をとることができません。

その結果、起床時に頭痛が生じたり、日中の眠気や倦怠感が強くなったりします。睡眠中の「いびき」も、よくみられる症状の一つです。

しかし、睡眠中のことですのでご自身は気づきにくいのがこの病気の特徴です。ご家族などから睡眠中の「無呼吸」や「いびき」を指摘されたような場合、また下記のような症状に心当たりがある場合は、受診されることをお勧めします。

- ・ 大きいいびき
- ・ 日中の眠気
- ・ 熟睡感がない
- ・ 起床時の頭痛
- ・ 夜間のトイレの回数が多い
- ・ 集中力と記憶力の低下

○睡眠時無呼吸症候群 (SAS) の合併症

睡眠時無呼吸症候群(SAS)は、さまざまな生活習慣病を合併すると言われていています。健康な方と比較すると...

- ・ 高血圧は2倍
- ・ 狭心症や心筋梗塞などの心疾患は3倍
- ・ 脳卒中は4倍
- ・ 糖尿病は1.5倍

その他、高脂血症や高尿酸血症にも関わっていると言われていています。また、日中の眠気が原因で、労働災害や交通事故を起こしたりすることも問題視されています。

詳しい検査内容や治療法については、受診の際に専門医より説明いたします。

まずは、当院受付又はお電話にてお問い合わせください。TEL：089-925-2500

※ご来院の際は健康保険証をご持参ください。

職員へのお知らせ

・福利厚生施設として、奥島病院の職員(家族を含む)の休養及び健康促進を図るために海の家を用意しております。

プール・ジャグジー完備

BBQや鉄板焼きもあります!! (要予約)

・利用の申し込み方法

職員(家族を含む)が利用するときは、利用の7日前までに別紙申込書に記入し申し込みをお願いします。(詳しくは総務課まで)

