

第33回 健康コンサート感想より

- 初参加でしたが、とても良かったです。
- とても感動しました。12月も楽しみにしています。
- 今日は、とても楽しかった。もう何年も前からお世話になり、ありがとうございます。楽しみは、いつまでも楽しい。ありがとう。
- 久しぶりに楽しいひとときを過ごさせて頂き、感謝の気持ちでいっぱいです。曲目もほとんど知っていましたし、タンゴなど涙が出るほどなつかしく感激しました。日頃のストレスが全部解消されました！有難うございました。次回を楽しみに又明日からがんばって生活して行きます。こんなに楽しかった日は久しぶりです。
- いつも楽しませて頂き有難うございます。院長先生、副院長先生の歌声は、心に響きました。大熱唱でした。会場の皆さんと一緒に手踊りと唄は、とても良かったです。また楽しみにしています。
- 毎回、コンサートを楽しみにしております。今回も楽しかったです。ありがとうございます。健康講話も聞けて大変参考になりました。うれしかったです。ひばりの会のコーラス、また、「栄光の架橋」の歌にジーンとを感じるものがあり、とても感動しました。皆様の素晴らしい歌、踊りなどに励まされて過ごしています。今回、友人を連れて来ました。友人も結構良かったと喜んでくれましたので、私もほっとしました。皆様も健康に気をつけて下さい。次回も楽しみにしています。
- とても良かった。初めてですが、知っていたらもっと早くから来ていたと思います。院長・副院長、とても良かった。院長のキャラクター、とてもいいですね。スパニッシュもまた特に良かったです！すごく楽しかったです。
- 全体的にうまいです。西条さんのフルート、ジャズプレーヤーのサクソ、ウッドベース。
- 院長・副院長先生の歌のうまさにびっくり。元気をたくさん頂きました。次回もぜひ伺いたいです。司会の武村さん、お疲れ様でした。
- バラエティに富んだプログラム、楽しかったです。観客も参加できて、皆様楽しそうでした。免疫力アップしたと思います。
- 初めてコンサートにうかがいました。とても楽しい時間を過ごさせていただきました。次回のコンサートを楽しみにしています。(院長先生の美声と声量にびっくり！)
- 地域開発&クリニックの移転の件、心配です。近くの良い場所(先生にも私たち患者にもハッピーな)に移転が決まりますように。
- どれもとてもすばらしい。先生方の声量はすごかった。また、良い音楽祭をお願いします。
- 明るくて、皆さん芸達者で楽しいコンサートですね。33回とは何とすばらしい！！
- お便りいただきましてありがとうございました。親の通院の付き添いもあって、行かないだろうなと思っておりましたが、せっかくだから参加しようと思いました。知っている歌、聴いたことがある曲が何曲もあって、あっという間に時間が過ぎてしまった感じがします。クリニックの会報にて、移転・再開発の話も存じておりました。田端の女子医大漢方クリニックの移転により紹介して頂いた貴院がなくなってしまうと、漢方クリニックは、なかなか見つからないだろうと思います。
- 全体としてブラボー。院長・副院長先生、よく声が出てすばらしいです！！またの機会を楽しみにしています。赤羽の開発は利潤優先でなく、住民の住みやすい環境づくりをめざして欲しいですね！！「TOMO-MICHI」は、農業・考え・主張が明確に表現されていて楽しい雑誌です。皆様のご健康とご活躍を願っています。



す。共に楽しく元気に生きてゆきましょう！！

- 今日は有難うございました。元気にになりました。東儀先生、ジャニーズの様でした。隣の席の方、今はクリニックに通ってないそうですが、有難うございましたと伝えて下さいとのことでした。
- とてもすばらしいかったです。音楽が大好きという出演者の雰囲気会場に伝わって来ます。
- 今日は元気をもらいました。ありがとうございました。
- 最近の気候や世界情勢の不安なことが続くなかで、今日はとてもいやされた時間でした。笑顔になれることが何より健康に一番だと思いますので、また冬もコンサートをぜひやっていただきたいと思います。院長先生の講話は、いつもわかりやすく本音の意見を話していただけるのでとても楽しみです。先生のお話だけで1時間～1時間半ぐらいで講演会をやっていただけならと思います。よろしくお願いします。
- 初めて参加させて頂きました。院長・副院長先生の歌声はびっくりでした。すばらしいです。
- 楽しかったです。
- 久しぶりにコンサートに来ました。コーラス、とてもいい声で気持ち良く聴かせてもらいました。北野さんのムーンリバー、良かったです。「津軽よされ節」も久しぶりでした。西条さんのフルートも良く響いていました。西条さんの踊り、いつ見てもカッコいいです。久しぶりに院長先生の歌を聴いて、亡くなった母を思い出しました。私の心に母はいつも笑顔で見守ってくれていると思いました。副院長先生ののびのある歌声を聴いて、この先も仕事をがんばっていかうと思いました。今回、サクソの演奏も良かったです。また聴きたいです。
- 院長先生のお話を楽しく拝聴しました。いつもお元気で安心しました。
- 今回2回目の参加ですが、先生方、スタッフの皆さんが患者さんのことを本当に考えていらっしゃるなと暖かさを感じました。楽しかったです。ありがとうございます。
- 猛暑の中、健康コンサートを開催していただき、ありがとうございます。第33回ということですが、いつまでも続く事を願っています。院長先生ののびやかな声、東儀先生の若さに元気をいただきました。院長先生・副院長先生・スタッフの皆様、どうぞ、ご自愛下さいまして、またのステージを心待ちにしております。

たくさんの感想をありがとうございました。次回、12月にまたお会いしましょう。

まきようクリニック

つばめ日記



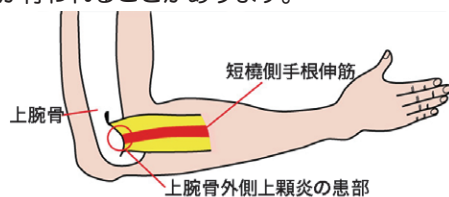
ちだほくいっぽう 治打撲一方 腰痛篇

絵 エコピー

洋先生のスポーツによる痛みセミナー 63 上腕骨外側上顆炎

上腕骨外側上顆炎は通称“テニス肘”と呼ばれています(ちなみに上腕骨内側上顆炎は“ゴルフ肘”です)。短橈側手根伸筋の付着部炎が原因です。30歳代から50歳代に多く発症します。その名の通りテニスやバドミントンなどラケットスポーツをする人や、重いものを持ち上げたり強く握ったりする職業に多い傾向があります。また、加齢やそれに伴う握力・僧帽筋(腕を引き上げる筋肉)・手関節背屈筋などの筋力低下も関係があるようです。特筆すべきことは、糖尿病の指標であるヘモグロビンA1c値が6.5以上の人より5.5以下の人より発症率が3.75倍も高いというデータがあることです。血糖値が持続的に高いと、腱の成分である1型コラーゲンに終末糖化産物AGEの沈着が進み、腱の劣化が起こります。保

存治療は、ステロイドの局注が短期的には有効ですが、再発が多いのであまりお勧めできません。テニスバンドの装着、ストレッチ、電気・マッサージなどのリハビリ治療はある程度効果が期待できます。近年注目されているPRP(多血小板血漿)の局所注射ですが、自費診療で高額なこともあって限られた施設でしか行っていません。難治性の場合は、関節鏡視下の手術が行われることがあります。



上腕骨外側上顆炎の患部



総合誌 あなたとともに歩む道を求めて

213号 発売中!!

TOMO-MICHI

2023.07.01 No.213 定価550円税込

- ひと / 石川早智子さん ● 応援します / 小林宙さん
- 緊急取材 / 隠されていたワクチンデータ
- 実践絵本 / 私の学級開き

三橋牧院長執筆!

東儀洋先生執筆!

元気×3
扁平足の痛みや
予防に効果的!
かかと上げ体操



医療エッセイ
私の新米医師時代

* 201~212バックナンバーもあります! ご購入、お問い合わせは受付まで。

● 患者さんの声 ●

57歳男性。1か月前から膝と腰の痛みが強くなり来院しました。膝は数メートル歩くと痛くなり、階段を降りるのが特に大変です。整形外科的には変形性膝関節症と仙腸関節性腰痛。内科的には心不全と糖尿病で治療中です。身長172cm、体重142kgのかなり肥満体型で、顔色はうっ血のため黒っぽく、疲労感が強く、口が喝き、下腿は黒ずんでむくみ、日中は尿が出にくい一方で夜間尿は3回もあります。また、舌は暗紅色で、中央に黄色で潤滑した苔があります。漢方医学的には「心不全による胸部の痰飲と化熱・瘀血」と判断して、木防己湯(もくぼういとう)と桂枝茯苓丸加薏苡仁(けいしぶくりょうがんかよくいじん)を処方しました。2週間後「膝と腰の痛みがだいぶいい!休まずに歩けるようになった!」とのこと。漢方を継続していただいたところ、体重も少し減り、血圧と糖尿病の数値も改善してきました。

(*漢方薬の効果には個人差があります。必ず漢方専門医または薬剤師に相談し、内服して下さい。)