

## 市立角館総合病院から新任医師のご紹介

### ●糖尿病外来に阿部先生が着任されました

今年の4月より市立角館総合病院診療部で、糖尿病外来を担当させていただいています。

今まで東京で勤務しておりましたが、このたび縁あって生まれ故郷の秋田に戻って参りました。

ちょうど水が張った田んぼのように時間の流れも人も穏やかで、秋田の良さをいまさらながら実感しています。

糖尿病は発症してから診断されるまでに5年ほどかかるといわれていますが、脳梗塞や心筋梗塞の原因となる動脈硬化はその間にすでに起こり始めています。ご自分の病気をよく理解していただき、良くなろうと意欲が沸くように、親しみやすい診療室を心がけています。

糖尿病といわれている方はもちろん、「糖尿病っけがあると云われた」などご心配な方は是非ご来院ください。お待ちしております。

市立角館総合病院 診療部 阿部 妹子



### ●研修医として松菌先生が着任されました

皆さん始めまして、平成21年4月から市立角館総合病院にて研修医(1年目)として勤務させていただくことになりました松菌構佑と申します。生まれも育ちも鹿児島ですが、縁あって角館にて勤務させていただくことになりました。研修医として角館で2年間働かせていただきます。大変未熟な身ではありますが、一日でも早く皆さんに貢献できるようになるため日々努力していこうと存じておりますので、何卒よろしくお願ひ申し上げます。

市立角館総合病院 研修医 松 菌 構 佑



## 「イキイキ元気アップ教室」開催中!

5月19日、西木開発センターで「イキイキ元気アップ教室」が行われました。

日頃、膝や腰が痛い方々が多く参加され、フットセラピストの渡辺ユミ子先生が明るく、楽しくお話しと実技指導をされました。参加者からは「足が軽くなった」「膝が曲がるようになった」「気持ちが良くなった」などという声があり、心地よい時間が流れました。

この教室は今後も毎週火曜日10:00~11:30、全部で15回行われます。

興味のある方は包括支援センターにお問い合わせください。TEL (43) 2283



## 自分の体力を知る 高齢者の体力測定会

6月15日、角館交流センターを会場に、高齢者の体力測定会が開催され、市の老人クラブ会員52名が参加しました。

体力測定の前に、秋田県老人クラブ連合会の戸嶋正紀常務理事・事務局局長から「自分たちの体力を知り、今後のクラブ活動に役立ててほしい」とあいさつがあり、続いて体力測定の内容について説明がありました。

体力測定は「握力」「上体起こし」「長座体前屈」「開眼片足立ち」「10m障害歩行」「6分間歩行」の6種目。参加者は測定員から指導を受けながら各種目を行い、現在の自分の体力をチェックしていました。

