

霜降を過ぎ、紅葉も鮮やかさを増しています。昼と夜の寒暖の差が大きい時期ですので、風邪など召されませぬよう、お身体には十分にお気をつけください。

<放射線技術科>

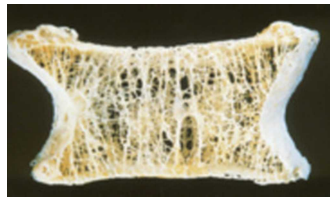
こつ そ しょう しょう

骨粗鬆症と骨密度

骨粗鬆症とは、骨の量（骨量）が減って骨が弱くなり、骨折しやすくなる病気です



健康な骨（腰椎）



骨粗しょう症

骨密度検査ではYAM（若年成人平均値）という指標を見ます。健康な若年成人（20歳～44歳）の平均値を100として、それに対して自分の骨量が何%かどうかで骨密度を測ります。この数値が**80%以上で正常**とされ、**70%未満で骨粗しょう症**と診断されます。

当院の骨密度検査は前腕を使用した検査になります。

椅子や車椅子に座ったまま短時間でできるので、体への負担が少なくすみます。



骨粗鬆症の危険因子(一部抜粋)

- ・偏食、塩分の多量摂取
- ・喫煙、アルコールの多飲
- ・カフェインの多量摂取
- ・運動不足
- ・カルシウム不足
- ・過去に過度なダイエット
- ・日光浴不足
- ・ステロイド剤の長期服用

危険因子を取り除く生活習慣



丈夫な骨を維持するために、バランスのいい食事や手軽にできる運動を意識して生活を送りましょう。

●インフルエンザワクチン接種について（接種開始日11月4日から）●

【接種予約について】

・**外来受診時** または **平日午後2時～4時に外来へお電話**ください。

【接種日について】

・当院にかかりつけの方は、外来受診時に接種できます。（受付時に申し出ください）
・接種のみ希望の方は、11月17日以降の**月曜日**と**金曜日**の**午後2時**からの接種となります。

【接種料金】

（**予約制**）※1

5,640円（一関市高齢者助成額は 2,600円）※2

●新型コロナワクチン接種について（接種開始日11月17日から）●

【接種予約について】

・**外来受診時** または **平日午後2時～4時に外来へお電話**ください。

【接種日について】

・**月曜日**と**金曜日**の**午後2時30分**からの接種となります。（**完全予約制**）※1

【接種料金】

16,670円（一関市高齢者助成額は 7,500円）※2

※1 同日接種を希望の方は、予約時に外来へお問い合わせください。

※2 ワクチン接種の助成については、一関市健康づくり課へお問い合わせください。

大東病院 外来診療予定表

【受付時間】午前 8:30～11:00

【休診日】土・日・祝祭日、年末年始

（令和7年10月1日現在）

診療科	午前 午後	月	火	水	木	金
内 科	午前	杉山 照幸 (検査)	杉山 照幸	杉山 照幸	杉山 照幸	杉山 照幸
		田村 龍史	田村 龍史	田村 龍史	田村 龍史	田村 龍史
		勝又 宇一郎 (応援:胆沢病院) ※第2・4週			下沖 収 (応援:岩手医大) ※第1・3・5週	
					佐々木 崇 ※第2・4週	
外 科	午前	藤井 大和	藤井 大和	藤井 大和	藤井 大和	藤井 大和
		—	—	阿部 隆之 (応援:磐井病院) (予約診療) ※第1・2・3・5週(オンライン) ※第4週(対面)	—	—
皮膚科	午前	—	—	見坊 公子 (予約診療)	—	—
脳神経内科	午前	休診				

- ☐ 初診、再来とも予約なしでも受診ができます。（※皮膚科の受診は、予約が必要です）
- ☐ 受付時間外の診療につきましては、電話でお問い合わせください。
- ☐ 他の医療機関の紹介状がなくても受診ができます。
- ☐ 他の医療機関で治療中の方が当院で引き続き治療を希望される場合、紹介状をお持ちくださるようお願いします。
- ☐ 当院は、血液検査装置、超音波検査装置、CT装置等を有し、各種検査に対応しております。

※受診についてご不明な点など、お聞きになりたい方はお問い合わせください。