

☀ 十勝発！ 医療とつながる情報マガジン

とかちばれ

MEDICAL - メディカル -

社会医療法人 博愛会
広報誌

とかちの医療機関
／本庄内科クリニック

博愛会
インフォメーション
はじめまして
新人スタッフです

巻 頭 特 集

＼ 骨粗しょう症検査は40歳から ＼
**健康寿命のカギは
骨密度にあり！**

TAKE
FREE

ご自由に
お持ちください

VOL

136

2026.01 発行

健康寿命のカギは骨密度にあり！

骨密度は「健康寿命」を大きく左右する重要な指標ですが、骨粗しょう症は自覚症状がほとんどないため、気づかぬうちに深刻な状態になっていることも。健康な未来のために今からできる一歩をふみだしてみませんか？



健康寿命をおびやかす骨粗しょう症

大腿骨頸部骨折の場合、5年後の生存率は約50%前後

大腿骨頸部骨折の原因のほとんどは「骨粗しょう症」。骨折によって「寝たきり」になるケースが多く、合併症を引き起こす確率が非常に高いです。その結果、健康寿命が大きく減少する深刻な事態に。

つまり！
骨折してしまう前の骨粗しょう症治療が重要なんです！



全がんの5年生存率(約66%)よりも低いとのデータもあるんです。

骨粗鬆症マネージャー
看護師 鎌田 理恵

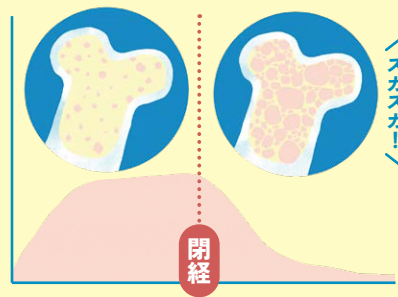
骨粗しょう症の知られざる3つの真実！

50歳以上の女性の3人に1人は骨粗しょう症



50歳以上の女性は、高確率で骨粗しょう症を患っている可能性が。喫煙・飲酒習慣のある男性も特に注意です。

女性は閉経後に骨密度が急激に低下！



特に女性は閉経によって、骨を守ってきた女性ホルモンが急激に減少。骨粗しょう症の患者は男性の約3倍です！

早めの投薬治療で骨密度低下を緩和できる！



進行度合いにより飲み薬や注射で骨密度の低下を緩和できます。早期発見のためにも骨密度検査が重要です。

2026年は土台の「骨」を見直そう / 骨密度検査にチャレンジ！

まず、「骨粗しょう症」かどうかを知るために、骨密度検査を受けることが大切です。各市町村の自治体では、40歳以上の女性を対象に5歳刻みで骨粗しょう症検診を実施しています。

つまり！
40歳から積極的に骨密度の検診を受けましょう！



この機械で骨密度を測定します。測定にかかる時間は10分ほどです。



CHECK LIST！

骨粗しょう症のリスクが特に高い！?

40歳以降の要注意チェックリスト！

- ☒ 閉経している
- ☒ ステロイド薬を長期服用している
- ☒ 大腿骨近位骨折の家族歴がある
- ☒ 50歳以上で喫煙の習慣がある
- ☒ 過度なダイエットの経験がある
- ☒ 動脈硬化の診断を受けたことがある
- ☒ 50歳以上で多量飲酒の習慣がある
- ☒ 慢性腎不全の疾患がある
- ☒ 糖尿病の疾患がある
- ☒ 関節リウマチの疾患がある

1つでも当てはまれば、ぜひご相談ください！



開西病院には、骨粗鬆症マネージャーが在籍。骨密度検査もおまかせください。

骨粗しょう症に特化した、知識・技術を持った医師・看護師がいます。どんな些細な質問・疑問もお気軽にご相談ください。

重大な骨折が起きる前の未病に尽力！



令和7年度

帯広市 骨粗しょう症検診

対象 2025年4月1日～2026年3月31日の期間に
40・45・50・55・60・65・70 歳になる帯広市民の女性

期間 2025年 4/1火～3/31火

社会医療法人博愛会 開西病院 健診センター TEL.0155-38-7541(直通) 受付/平日 8:30～12:30 13:30～17:30

令和7年度、まだ間に合います！

2026年

とかちの医療機関

Tokachi
Medical Institutions

地域をつなげる医療連携

地域を支える病院・クリニックの特色、博愛会との連携について紹介します。



Vol.04

本庄内科クリニック

患者に寄り添う快適な受診環境を実現。

糖尿病、甲状腺疾患を中心に診療。

新薬×医療DXで負担の少ない糖尿病治療を。

2019年に開院して今年で7年目を迎える「本庄内科クリニック」。ここでは、糖尿病などの生活習慣病と甲状腺疾患を中心に診療を行っています。1型糖尿病に対するインスリンポンプ療法にも対応。血糖、HbA1cだけでなく甲状腺ホルモンも院内で測定するため、一度の来院で血液検査から結果の説明まで、約1時間で完了できる体制が整っています。こうした環境から、定期的な検査が必要な甲状腺治療の患者も来院しています。

クリニックの根幹にあるのは「患者さんに負担を強いらなない治療」。これまでの糖尿病治療は、厳しい食事制限を伴うことが一般的でした。「今では新薬や医療DXの進展により食事制限をある程度緩和できます。食べる楽しみを守りながら、患者さんの生活を支えていきたいです」と本庄院長。スマートフォン連携で血糖値を測定できる「リブレ」の導入など、医療DXも推進。糖尿病療養指導士の資格を持つ看護師・栄養士と連携し、充実した来院体験を提供しています。



TEL. 0155-66-9616

〒080-0810
帯広市東10条南11丁目1-38

診療時間 8:45~12:00、13:15~16:30
休診 日曜、祝日、第2・4土曜

Webサイト



HAKUAIKAI information

博愛会インフォメーション

地域のみなさまへのご案内や告知情報、博愛会メディカルグループの活動をお届けします。

topic
01

医療・福祉について講話
「ドリカムプロジェクト柏葉塾」



帯広柏葉高等学校定時制のキャリア教育の一環で、グループ内の介護福祉士2名が医療・福祉分野について講話を行いました。生徒さんからは「将来の仕事を考えるうえで、現実的なイメージが持てた」との声が寄せられました。

topic
02

未来への一歩！
中学生が開西病院で医療を体験



帯広市内の中学校から医療業界に関心をもつ生徒さんが来院し、院内見学や看護・リハビリ体験に参加されました。各体験に真剣に取り組む姿が印象的でした。地域に根差した病院として、これからも学びの場を提供してまいります。

topic
03

開西病院 院内保育所
笑顔輝くハロウィンパレード



院内保育所「クレヨンハウス」の子どもたちが仮装姿で院内を回り、職員からお菓子を受け取りました。季節行事を通して子どもたちの成長を感じられ、親子である職員にとっても心温まる貴重なひとときとなりました。

topic
04

博愛会グループ介護の日
～未来の介護を共に作る～



11月11日「介護の日」に合わせて、グループ内の介護職員があおがめヴィレッジに集合。患者様・利用者様の満足度向上を目指して介護の在り方について意見交換しました。各課題を共有し、働きやすい環境づくりにもつなげています。

NEW FACE! ようこそ 博愛会へ

2025年から博愛会の仲間に加わった経験豊富な二人。入職の決め手や、やりがいを語ってくれました。



博愛会グループの
リクルート情報は
こちらをご覧ください



PTとして幅広く
働いてきた経験を
発揮します。

開西病院
リハビリテーション科
理学療法士

原 章子さん

Q 働きたいと思った決め手は？

A 決め手は、見学時の雰囲気の良い。若いスタッフも多いですが、年の差など関係なく、丁寧に仕事を教えてくれることに感謝しています。



気さくで面白い方が
多く、楽しく働ける
職場です。

開西病院
手術中央材料室
フロアアシスタント

霜野 直美さん

Q やりがいを感じることは？

A 手術器材の洗浄・滅菌を担当し、器材を正確かつ丁寧に整えることを心がけています。患者様の安全を守る大切な仕事にやりがいを感じています。

メディカル。つながる。街つくる。



博愛会 メディカルグループ

開西病院	帯広市西23条南2丁目16番地27 TEL:0155-38-7200
開西病院 訪問リハビリテーション	帯広市西23条南2丁目16番地27 TEL:0155-38-7200
開西病院 在宅ケアセンター	帯広市西24条南2丁目21番地8 TEL:0155-37-9100
新井医院	帯広市西1条南15丁目6番地 TEL:0155-24-6767
介護老人保健施設 あかしや	幕別町札内あかしや町42番地10 TEL:0155-55-4165
介護老人保健施設 ヴィラかいせい	帯広市西22条南2丁目2番地10 TEL:0155-37-7600
特定施設入居者生活介護 ことの葉 おとふけ	音更町木野大通西13丁目1番11 TEL:0155-31-5108
認知症対応型共同生活介護 グループホーム かたらい	帯広市西23条南2丁目16番地36 TEL:0155-38-7770
(看護)小規模多機能型居宅介護 あんさんぶる	<開西>帯広市西23条南3丁目27番地4 TEL:0155-58-2000 <川北>帯広市西14条南2丁目2番地39 TEL:0155-38-3111
訪問看護ステーション かいせい	帯広市西23条南3丁目27番地4 TEL:0155-67-8553
通所介護 リハビリ特化型サービス りすた	<おびひろ西>帯広市西24条南2丁目21番地8 TEL:0155-37-4970 <さっぽろ元町>札幌市東区北24条東17丁目1番25号 TEL:011-789-4970
医療・介護の相談室 ささえ愛	帯広市西23条南2丁目16番地27 TEL:0120-331-891
障害者地域生活支援 ていんくる	<開西>帯広市西22条南2丁目18番地1 TEL:0155-61-1381 <清水>帯広市西2条西4丁目15番地2 TEL:0156-62-7102
地域密着型介護老人福祉施設 小規模多機能型居宅介護 コミュニティの里	<さらべつ>更別村字更別南3線95番地6 TEL:0155-53-3300 <おびひろ>帯広市東9条南13丁目2番地4 TEL:0155-20-4567 <まくべつ>幕別町旭町18番地6 TEL:0155-55-2000 <みどりが丘>帯広市緑ヶ丘8丁目1番地32 TEL:0155-58-6789
十勝セントラルキッチン なないろ	幕別町札内みずほ町143番地128 TEL:0155-56-3716

メディカル。つながる。街つくる。

そのスローガンに込めた 想いを聞きました。

博愛会メディカルグループが掲げるスローガンへの想いを毎号インタビュー形式で理事長に聞くコーナーです。



医療グループとして街づくりに積極的に関わりたい！

理事長
細川 吉博

Q スローガンが地域の方々に
どんな風に届いてほしいですか？

A 30周年を目前に控え、スローガンに込めた思いが、これからもより広く深く届くことを願っています。博愛会が健康と安心を医療で支え、地域とつながることで、地域の皆様には、共に未来の「街つくる」パートナーであると感じていただきたいです。

Q 医療と街づくりには、
どんな「つながり」が？

A 地域の健康な暮らしを支えることが、良い街づくりの基本だと考えています。適切な医療や介護サービスがなくては、安心して日常を過ごせません。逆に、住みやすい街づくりが、地域の健康状態の向上にもつながると信じています。

Q 「つながる」という言葉には
どのような想いが？

A 「つながる」には、患者様やご家族との心の絆、医療と介護・福祉の専門職同士の連携はもちろん、地域の方々との交流すべてが込められています。医療や福祉の枠を超えた、切れ目のないつながりが、皆様の健康で明るい生活を支えると考えています。

とかちばれ
LOCAL/MEDICAL
No.136



2026年1月発行
発行人／社会医療法人 博愛会
〒080-2473
北海道帯広市西23条南2丁目16番地27
TEL: 0155-38-7204
HP <https://www.hakuaiikai.org/>
制作／(株)クナウパブリッシング



押し活コラム

推すべきローカルスター “とかち晴るな人”

このコラムでは、地域で活動する魅力的な「ローカルスター」の情報をお届け。あなたも「押し」を見つけ、日々の生活に彩りを添えてみませんか？

LOCAL STARI

牧野 貴博さん

PROFILE
1984年国立音楽大学器楽学科ヴァイオリン専攻卒業。中村泉氏、水谷正志氏に師事。2009年ソロリサイタルを開催。2007年十勝文化団体協議会「文化奨励賞」、2013年十勝文化会議「文化奨励賞」受賞。牧野ヴァイオリン教室主宰。帯広交響楽団コンサートマスター。



元教え子であるチェロ奏者の村井智さんとの共演。ステージ上で固い握手を交わす様子。



2025年5月に開催された第45回定期演奏会。2026年の開催は、2026年5月24日(日)を予定。

牧野ヴァイオリン教室
音更町南鈴蘭北4丁目8番地
TEL.0155-31-1638

「街にオーケストラがある。十勝・帯広の文化的豊かさの象徴ともいえる存在。」
「自分たちの街にオーケストラを」という、市民の思いから誕生した帯広交響楽団（細川吉博理事長、梅田雅彦団長）。その創設に深く携わり、コンサートマスターとして楽団を牽引してきたのが牧野貴博さんです。1989年1月、帯広市民文化ホールのこけら落としてデビューして以来、市民オペラや市民バレエとの共演など、多彩な舞台で地域の芸術活動を支え

ています。「観客の皆さんがいてこそその帯広交響楽団。より多くの方に演奏を届けたい」と話す牧野さん。ヴァイオリンを始めたのは小学校の頃。「母が大叔父のヴァイオリンに憧れて、いつか私に習わせたいと思っていたようです」。音大卒業後は、「生まれ育った十勝のヴァイオリン人口を増やしたい」と、音更町で教室を開設。教室には、子どもはもちろん、大人になってから挑戦する方も多いようです。「楽器を奏するのはとても楽しいこと。演奏者のつながりも広めたい」と穏やかに話されていました。

家を出て 外にでかけよう /

フッ軽で“行こう”!

TOKACHI ODEKAKE SPOT PICK UP!



REPORTER

法人地域連携部
課長

小川美紀さん

法人地域連携部の課長として、法人内外の関係機関と円滑な連携を図り、地域医療の質を高めるための中核的な役割を担っています。

外の空気を吸い、四季の移ろいを肌で感じることは、健康にも大切なこと。新しい景色や人との出会いは、心のリフレッシュや、認知機能の維持にも効果的といわれています。



たくさんの遊具に
子どもたちも笑顔!



カフェでドリンクや軽食を楽しみながら過ごせます。



複雑な大型
ネット遊具が
お気に入り!

SPOT 04

新得駅前地域交流センター とくとか



新得駅前地域交流センター とくとか

新得町本通南1丁目21-22
◎9:00~20:00 ※カフェ ドリンク9:00~18:30、フード11:00~16:00(フードは火曜休み) ※ショップ9:00~19:00
◎無休 ※年末年始は時間短縮営業

雪の日でも安心して子連れで遊べる新得町の新スポット!
今年6月にオープンした「とくとか」は、ショップやカフェ、キッズスペースなどを備えた、地域活性化を目的とした施設です。特にキッズスペース「ポッケの森」には大型ネット遊具やチューブ滑り台など、多彩な遊具・おもちゃがいっぱい。カフェからは、モニターで子どもたちの様子を確認できるので、パパ・ママも安心です。冬場は遊べる場所が限られますが、ここから家族みんなでゆったり過ごせます。混雑も少ないため、おすすめですよ。(小川)



- 1 こだわりの洋食メニューが楽しめるピノキオクッチーナ。オムライスは約12種類、パスタ約40種類、ハンバーグは8種類と、メニューを選ぶのも楽しいお店です。
- 2 今回は、同僚とオムライス、ハンバーグ、パスタをシェアして楽しむことに。テーブルに並んだ彩り豊かな洋食メニューを前に、渡辺さんからは思わず歓声が。
- 3 リッチな口どけが魅力のティラミスは、濃厚ながらくどさのない後味。長く愛され続けた一番人気のデザートメニューです。
- 4 利用者さんが楽しめるように一人ひとりの体の状態やグループの組み合わせを緻密に考えながらレクリエーションを行う渡辺さん。



利用者さんの笑顔が何よりの原動力。
通所のエンターテイナー、渡辺さんのホメ飯。

あかしやで働く渡辺さんは、人を楽しませることが大好きなエンターテイナー。利用者さんから「来てよかった」と言われる瞬間こそ、何よりの喜びです。特に力を入れているのは、手指や歩行に不安のある方でも楽しめるレクリエーションづくり。「一人ひとりにスポットが当たる場にしたい」という温かな思いが根底にあります。そんな渡辺さんの楽しみは、たまの夕食。この日は同僚とピノキオクッチーナへ。彩り豊かな品々に普段は人を笑顔にする側の渡辺さんも一口でにっこり。



ピノキオクッチーナ

北海道中川郡幕別町札内
あかしや町 43-68
TEL.0155-67-1222
営業 11:00~15:00 (L.O.14:30)
17:00~21:00 (L.O.20:00)
※月曜(祝日は営業、翌日振替)



幕別町

ピノキオクッチーナ

渡辺さんのホメ飯は
「ハンバーグ・オムライス・パスタ」



今回の推薦人

介護老人保健施設
あかしや
介護福祉士

渡辺 翔太さん

介護業界歴14年のベテラン職員。幕別町に暮らす祖父母の介護をきっかけに、2020年に札幌市から移住し、「あかしや」に入職。通所サービス部門で、中核を担う存在です。

野菜もたっぷり楽しめる洋食の数々。ディナー限定で、メインのハンバーグにミニサイズのオムライスやパスタと一緒にオリジナルセットが注文できます。

自分をもめたいときの
ホメ飯
いいことがあった日や、
お仕事を頑張った日にとっておきに。
ココロとカラダが喜ぶご褒美ご飯。

☀ 十勝発！医療とつながる情報マガジン

とかちばれ

LOCAL - ローカル -

社会医療法人 博愛会
広報誌

フッ軽で行こう！

／新得駅前地域交流センター
とくとく

とかち晴るな人

／牧野貴博さん

巻頭特集

＼自分をホメたいときの／

ホメ飯

— ピノキオクッチーナ

VOL

136

2026.01 発行

TAKE
FREE

ご自由
にお持ちください