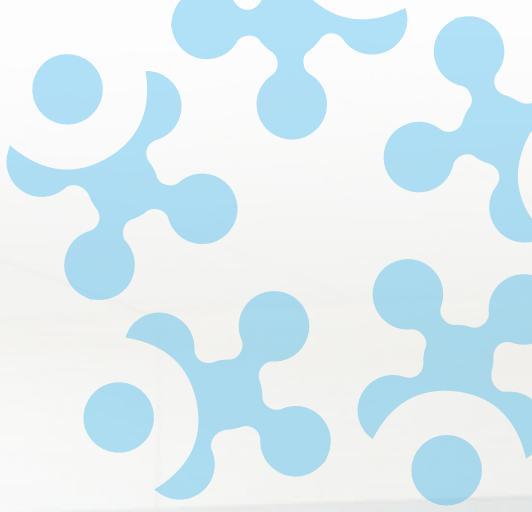


☀ 十勝発！ 医療とつながる情報マガジン

# とかちばれ

MEDICAL - メディカル -



社会医療法人 博愛会  
広報誌



卷 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！

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

VOL  
**136**

2026.01 発行



# \ 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！

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、気づかない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！



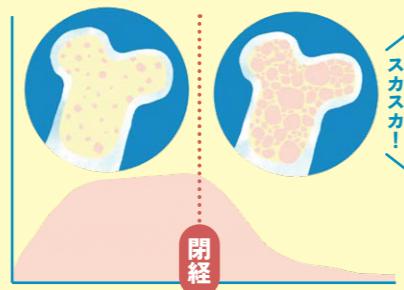
## 骨粗しょう症の知られざる3つの真実！

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あります。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！



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
- 大腿骨近位骨折の家族歴がある
- 過度なダイエットの経験がある
- 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
- ステロイド薬を長期服用している
- 50歳以上で喫煙の習慣がある
- 動脈硬化の診断を受けたことがある
- 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。



### 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

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

期間 2025年  
4/1火～3/31火  
2026年

令和7年度、まだ間に合います！

# とかちの 医療機関

Tokachi  
Medical Institutions

地域をつなげる医療連携



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。



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



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。



院長 本庄 潤先生

1998年 滋賀医科大学  
医学部医学科卒業  
2004年 旭川医科大学内科学講座  
病態代謝内科学分野  
2017年 自由が丘横山  
内科クリニック副院長

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。

## 博愛会インフォメーション HAKUAIKAI information

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しました。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。

QRコード  
◀ リクルート情報は  
こちらをご覧ください



原 章子さん  
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さ。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。



霜野 直美さん  
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。



## メディカル。つながる。街つくる。

そのスローガンに込めた  
想いを聞いてみました。

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  
込めた想いが、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。

## 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 カ 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 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 ポ 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 そ 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条北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  
リハビリ特化型デイサービス  
り り す た  
<おひひろ西>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 エ 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>清水町南2条西4丁目15番地2  
TEL:0156-62-7102

<さらべつ>更別村字更別南3線95番地6  
TEL:0155-53-3300  
<おひひろ>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  
幕別町内みずほ町143番地128  
TEL:0155-56-3716

とかしばれ  
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.hakuaikai.org/>  
制作／(株)クナウバブリッシング





## 推し活コラム

### 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」の情報を届け。あなたも「推し」を見つけて、日々の生活に彩りを添えてみませんか？

#### LOCAL STAR!

##### 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でデビューして以来、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演奏を届けたい」と話す牧野さんは、ヴァイオリンを始めたのは小学校の頃。「母が大伯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。「楽器を奏で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。

SPOT  
04

新得駅前地域  
交流センター とくとく



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！



新得駅前地域交流センター  
とくとく

新得町本通南1丁目21-22  
⑤9:00~20:00 ※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  
⑥無休 ※年末年始は時間短縮営業

今年6月にオープンした「とくとく」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「ポツケの森」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、ここな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）

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！



- 1 こだわりの洋食メニューが楽しめるピノキオクッchnera。オムライス約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。



幕別町

## ピノキオクッchnera

利用者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。



### ピノキオクッchnera

北海道中川郡幕別町札内  
あかしや町 43-68  
TEL.0155-67-1222  
⑨11:00~15:00 (L.O.14:30)  
17:00~21:00 (L.O.20:00)  
⑩月曜(祝日は営業、翌日振替)



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「来てよかつた」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、たまの外食。この日は同僚とピノキオクッchnera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つっこり。

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が一緒になったオリジナルセットが注文できます。

いいことがあった日や、お仕事を頑張った日のとっておきに。  
ココロとカラダが喜ぶご褒美ご飯。

# ホメ飯

//自分をホメたいときの//

☀ 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

フツ軽で行こう！

／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

卷頭特集

＼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

