



■アキレス腱断裂

アキレス腱断裂は、主にスポーツ活動において、ジャンプ・ダッシュ・ターンの激しい動作によって強いストレスが加わることで生じます。30歳代を超えるとアキレス腱が傷み出し、変性することが判明しており、「アキレス腱断裂は30〜40歳代、特に男性に多い」と言われています。断裂の瞬間「誰かに蹴られた」ように感じ、直後に痛みが生じます。

アキレス腱断裂の治療には「保存療法(手術しない)」と「手術療法」とがあります。保存療法は、長期間のギプス固定をするため、ふくらはぎの筋力が低下し足関節の動きが悪くなり、再断裂の危険が高いです(保存療法で12%、手術療法は5%)。そのため、当院ではこれらの合併症が少ない手術療法を推奨しています。

具体的な治療方法は、「保存療法は6週間のギプス固定、手術療法は術後4週間のギプス固定」を行い、その後「オーダーメイドの装具」を装着。リハビリで徐々にアキレス腱を伸ばしていきます。完全なスポーツ復帰は受傷後7カ月目としています。

このように、アキレス腱断裂は治療に時間がかかります。「断裂した2割の症例に前兆(アキレス腱部の痛みや違和感)があった」との報告もあります。アキレス腱に何らかの症状がある方は、断裂する前にぜひ一度診察を受ける事をお勧めします。

「こころ診療所」

所長 菅井隆広

寒くなって参りましたが、みなさんいかがお過ごしでしょうか？さて冬に怖いものと言えば、インフルエンザ、雪道、お肌の乾燥、静電気、冷たい便座などありますが、防寒グッズ・器具の間違った使用による低温火傷と七ヶ宿の気温を下げてしまうような寒いギャグには注意したいものです。

「低温火傷 したんやけど・・・」と、低温火傷とギャグの組み合わせで受診することはさら注意が必要です。そんな場合、石山さんに「寒いじゃれを言ってるのはだれじゃー!」と怒られるかもしれませぬ。

湯たんぽ、電気アンカ、使い捨てカイロ、電気毛布などは、触れていても熱さや痛みを感じにくく、知らない間にやけどがゆっくりと進行するため、気づいたときには重症のやけどを負ってしまうことがあります。しかも、見た目にひどい症状に見えないことや、痛みを感じないことが多く、軽症と勘違いしてしまいがちです。しかし、低温やけどは、治療に難渋することも多いため、やけどをしてしまった場合はすぐに病院を受診するようにして下さい。なお、寒いギャグは診療所では治療できませんのでご注意下さい。

はみだしケイゴ

このコーナーでは、編集の都合上、載せたかったけど記事に入り切らなかった写真、情報を掲示して紹介するコーナーです。



①今月号の表紙は、七ヶ宿小学校6年生が学習発表会に来られなかった方々のために開催した、ミニリサイクルの様子です。会場には多くの方が集まり、盛り上がりました。

②人が足を組んでいるような面白い形の大根。高橋正一さん(矢立)が役場に持って来てくださいました。村上克雄さん(滑津)の畑から収穫されたそうです。



お知らせ

七ヶ宿町職員(行政)募集

平成28年4月1日採用予定の職員を募集します。

●職種及び募集人員 行政(初級)若干名

●職務内容

行政事務に従事しますが、現場業務や深夜勤務になることもあります。

●受験資格

平成元年4月2日以降に生まれた方で、高等学校卒業程度の能力を有すると認められる方(学歴は問いません)。

●試験日及び場所

①第1次試験

日時 平成28年1月24日(日)

午前10時

場所 宮城県自治会館

内容 教養試験

②第2次試験 一般性格診断検査

第1次試験の合格者に通知します。

●受付期間

平成27年12月16日(水)までの、午前8時30分から午

後5時15分まで。

※郵送の場合は12月16日(水)まで届いたものを受け付けます。

土曜日と日曜日は受付しません。

●提出書類等

①申込書 1部(総務課に申込書を請求ください。)

②郵便申し込みの場合は、宛先を明記して82円切手を貼った返信用封筒を必ず同封ください。

●その他

申込書を受理された受験申込者には受験票を交付します。

●申込・お問い合わせ

総務課(担当 木村)

☎(37) 2111

七ヶ宿町職員(保育士)募集

平成28年4月1日採用の職員を募集します。

●職種及び募集人員

保育士 1名

●職務内容

保育所等において保育業務に従事します。

●受験資格

昭和45年4月2日から昭和56年4月1日までに生まれた方で、保育士の資格を有する方。

●試験の方法

主として個別面接により人物について試験を行い、受験資格の有無、受験申込書に記入された内容の真否等について調査します。

●試験日及び場所

受験申込者に別途通知

●受付期間

平成27年12月18日(金)までの、午前8時30分から午後5時15分まで。

土曜日と日曜日は受付しません。

●受験申込書の請求

役場総務課で配布します。

●提出書類 各1部

①受験申込書

必要事項を記入し、所定の箇所に写真を添付してください。

②履歴書

受験申込書と一緒に、お渡しします。

③保育士の資格を有すること

を証する書類の写し。

公立刈田総合病院職員採用 上級(大学卒業程度)試験

●職種および採用予定人員 一般事務職員 若干名

●受験資格

昭和60年4月2日以降に生まれた方で、学校教育法に基づく大学(短期大学を除く)を卒業した方又は平成28年3月31日までに卒業見込みの方。

●試験日時および試験内容

一次試験日時

平成28年1月16日(土)

午前10時

教養試験・適性試験

二次試験日時 1月下旬