



発行所 公益社団法人 高知県診療放射線技師会  
発行人 会長 巴 昭彦  
事務局 〒780-0850  
高知市丸ノ内1丁目7番45号  
総合あんしんセンター2階  
TEL・FAX 088-872-4585

## 所 感

### 「リモートの世界」

企画担当理事 佐々木 俊一

新型コロナの猛威は、世界の有り様を大きく変えてきました。現状から今後においては「after コロナ」として収束するよりも「with コロナ」として、いかに共存するのかと、安全なワクチン等を待ちながら、我々の意識変革が必要になるのではないかと考えています（個人の見解）。

そのような中でも社会活動を続けていくツールとして、リモートによる大会が様々な会議で行われています。診療放射線技師の全国単位の大会では、開催期間内に録画された個々の発表に対してコメントにて返信するといった質疑応答をしたり、時間を設定してライブ配信でシンポジウムを行ったりと、様々な方法で学術大会が進行しております。メーカーの企業展示もいろいろあり、普段は時間がなく前を通るだけで必要なところだけに行くところを、自由に閲覧できます。ちなみに通常の大会よりも参加費は安く、比較的時間に縛られないので参加のハードルが低い会が多いと感じました。その他、世話人等の打ち合わせも、「Zoom」を用いたミーティングが多く行われており、数十人単位の会議は対面（画面を通してですが）での会議が比較的容易に行えます。

しかしながらこれらのシステムも、リモートの機器と環境、時間、若干のPC知識が必要な上に、高知県にとって大切なアフターミーティング（いわゆる懇親会）がないので、若干物足りないものになっているのは確かであると思います。何より高知県内の新型コロナの感染者数は大都市に比して少ないことも、大都市の方法を受け入れ難い要因になっているのではないのでしょうか。

いずれにせよこの状況は東京オリンピック開催までには、ある程度ルールが確立するのではないかと思いますので、感染対策しながら県内での大会の開催方法を模索していければと思います。

## 会の動き

### 令和2年度 第6回常務理事会

10月6日(火)に予定していた第6回常務理事会はメール会議となりました。  
10月7日を決議日として議事終了とします。

## お知らせ

### 令和2年度高知県診療放射線技師学術大会 演題募集

**学術**

令和2年度高知県診療放射線技師学術大会の演題を募集します。

日時； 令和3年2月7日(日)

会場； 高知市総合あんしんセンター3階大会議室

発表形式； パソコンプレゼン PowerPoint2010

(ノートパソコンまたはUSB、CDに演題を保存し当日お持ちください)

発表時間； 10分以内(発表7分、質疑応答3分)

申込方法； 申込用紙に演題内容を記載し、下記のメールまで、お申し込みください。

申込み先； Male: [tomozen-akihiryu@power.odn.ne.jp](mailto:tomozen-akihiryu@power.odn.ne.jp)

申込締切； **令和2年12月10日(木)**

備考 各地区活動部長は、1地区1演題以上となるように

(学術担当)活動部員を通じて演題の提出依頼をお願いします。

高知県学術奨励賞の授与もありますので、奮って、演題発表をお願いします。

**メールで下記の内容を送信ください。**

演題名 \_\_\_\_\_

施設名 \_\_\_\_\_

発表者名 (共同研究者名) 発表者を先頭に記載

\_\_\_\_\_

発表者メールアドレス (座長からの質問等に使用します。携帯不可)

\_\_\_\_\_

発表内容 (目的・方法・結果・考察を座長が見て分かる程度に簡略化)

# リレー エッセー!

その197 ( 村岡 正浩 : 上町病院 )

島津所長からリレーエッセのバトンを受け取った上町病院の村岡です。  
まず所長との経緯を話す前にここ数年で変わった事を書こうかなって思います。  
自分はアラフォーで俗に言う中年です。  
同年代のみなさん、アラフォー世代のみなさん!  
30歳超えてから体力の衰えや、肥満メタボ、見た目のたるみ無いですか?  
健康診断の時の値を気にしてないですか?  
学生時代は運動部でもなかったのが社会人になっても野球、サッカー、水泳なんてしませんから、体力の衰えや肥満は気にはしていましたが目を背けていました。  
ある時に職場でダイエット企画が有り 10kgほど半年で痩せました。  
適度な自重トレーニングと食事制限。よくある王道のやり方です。  
これは自身初と言っても過言ではない位に頑張りました。  
ダイエット終了時のアウトラインのイメージはレイザーラモンHGだったのですが、最終形はただただ中肉中背(笑)  
ここで理想と現実の差に何故か火が付いてそこから自重をやめてジムに週3~4回通ってフリーウエイトをしてプロテインを一日3回飲み、気が付けば 10kg バルクアップ(汗)そこから減量をして再度マイナス 10kg。  
この筋トレの成果は、同じ体重 70kg でも懸垂が 2~3回⇒10kg 荷重して 10回 3セット。ベンチプレス 40kg⇒100kg、体脂肪 17%⇒12%まで行きました。  
何が言いたいかと言えば、学生時代に運動部でも無い自分がこの年齢でも体力や筋力は成長すると言う話です。勿論アウトラインも少しは変わりました。HGじゃなくサバンナ八木以下ですが(笑)  
で、その筋トレ話に共感してくれたのが島津の所長です。  
所長には当院のポータブルや自分がお手伝いに行っている施設の機械導入時に大変お世話になりました。その導入時に仕様の話を色々しますが、半分は筋トレの話です(笑)  
2回ほど合同トレーニングもさせて頂きました。  
また MAX 更新しそうなので是非ご一緒しましょう。  
筋トレの話はここまでにして次のバトンは FUJI の北村君です。  
彼は僕が主宰する村岡会にも顔を出してくれる方です。  
この村岡会っていうのは、高知は 1~3 人技師の医療施設がほとんどです。そういった技師会に入っていない方や会員だけど横の繋がりがあまり無い方にお声を掛けさせて頂いて年に 2~3 回情報共有しています。内容は少人数職場のあるある話や個人病院での立場や技師の待遇話、休みの取り方、監査時の意見交換などなどです。でも基本は楽しく飲む場所です。  
今年に入ってコロナで出来てないですが、落ち着いたらまたやろうかと思っていますので、また興味のある方や所長や北村君の参加お待ちしております。  
それでは FUJI の北村里史君にバトンタッチ!

## 総務報告（令和2年9月30日現在）

1. 高知県の会員数	<u>200</u> 名
2. 令和2年度会費納入者	<u>149</u> 名
賛助会員	<u>5</u> 社
3. 令和元年度会費納入者	<u>4</u> 名
4. 令和2年度新入会員数	<u>2</u> 名
(今月の新入会)	<u>0</u> 名
5. 令和2年度再入会員数	<u>1</u> 名
(今月の再入会)	<u>1</u> 名
6. 令和2年度退会者数	<u>5</u> 名
(今月の退会者)	<u>0</u> 名
7. 令和2年度転出者数	<u>0</u> 名
8. 令和2年度転入者数	<u>1</u> 名
9. 今月の会員異動	
なし	

(文責編集広報)