



# 医療法人アレックス

## 平成 31 年度新規採用職員募集



Arthroscopy Rehabilitation Exercise

〒385-0022

長野県佐久市岩村田 1109-4 (本部)

TEL:0267-66-7130

FAX:0267-66-7135

<https://ar-ex.jp/>

- ・佐久平整形外科クリニック 長野県佐久市岩村田 1311-7
- ・上田整形外科クリニック 長野県上田市常田 2-15-16
- ・都立大整形外科クリニック 東京都目黒区平町 1-26-3-202
- ・明大前整形外科クリニック 東京都世田谷区松原 1-38-25
- ・長野整形外科クリニック 長野県長野市吉田 5-26-23
- ・AR-Ex 尾山台整形外科 東京都世田谷区等々力 4-13-1
- ・アレックス脊椎クリニック 東京都世田谷区等々力 4-13-1
- ・さいたま整形外科クリニック 埼玉県さいたま市大宮区仲町 1-35

### AR-Ex とは

長野、東京、埼玉で 8 クリニックを展開する関節鏡視下手術、リハビリテーション、運動療法に特化した「スポーツ整形外科専門医療グループ」です。

グループ名の「AR-Ex」は **A**rthroscopy (関節鏡視下手術) と **R**ehabilitation (リハビリテーション) と **E**xercise (運動療法) の頭文字からとったものです。

スポーツ選手や整形外科疾患の患者さんへの診療を行っています。スポーツ外傷・関節疾患を治療する上で、最も重要な 3 つの治療分野の専門の職員がチームとなって皆さんの外来～入院～復帰まで安心できる全ての環境を整備し、完全サポートをしています。

トップレベルのスポーツ選手への治療経験を元に、その方法を患者さんに還元していきます。MRI・CT・超音波検査などを用いて痛みの原因を詳細に診断した上で治療を行います。

### AR-Ex のリハビリテーション職員は

新人から 3 年間は新人研修や治療スキーム、アルゴリズムの学習といった独自の基礎教育を徹底して身に付けます。統一した考え方に基づいた治療および専門性の高い治療を提供します。

最新の治療方法を習得するために外部の研修会や学会にも積極的に参加しています。

経験やスキルを身に付けた職員はスポーツの大会やチームのサポート活動、学会発表を実施しています。



**A**rthroscopy (関節鏡視下手術) : アレックスに来院される方の 90% 以上は手術を必要としない患者さんです。しかし他に治療がない場合、最終手段として「関節鏡」という内視鏡手術を専門医が行います。

**R**ehabilitation (リハビリテーション) : 部位・疾患別にそれぞれの専門を持った職員が、治療の部位に対して、またそれを引き起こす全身的な問題に対して、個別のプログラムを作り完治へと導いています。

**E**xercise (運動療法) : 関節の動く範囲、筋力、協調性などの改善による再発防止、怪我をしにくい身体づくりを目的としてメディカルチェックを行い、個々に合わせたテーラーメイドな運動プログラムを作成します。

### 研修システム ～「学ぶ」をサポートします～

#### 1. 新人研修

- 全体研修 : 社会人教育、医療制度・法令、リスク管理、感染症対策、インシデント・アクシデント etc
- 個別指導研修 : クリニカルリーズニング能力の習得

新人教育プログラムは全体で実施する研修と指導担当が直接指導する個別指導研修があります。全体研修では社会人教育から医療現場で業務を行う上で必要となる様々な項目など幅広い分野で実施します。個別指導研修では Case study を通してクリニカルリーズニング能力の習得を目標とします。新人教育プログラムは「基礎教育の充実」を目標にすべての施設で実施しています。

#### 2. 院内・院外研修

- 専門知識や技術の向上のため様々な研修会や講習会に参加しています。国内だけでなく海外にも研修の場を求めます。
- 研修への参加や内部企画の研修の運営はグループ内での研修制度があり費用負担の免除、一部免除をしています。

- ・院内 : 職種別研修会、各研究班研修 (身体部位・スポーツ種目)、治療技術講習会、超音波評価研修
- ・院外 : 股関節鏡セミナー、神楽坂スポーツ医学セミナー、森ノ宮医療大学研修 (超音波研究)、施設見学
- ・海外 : マリガンコンセプト、病院見学 (オーストラリア)、キャダパートレーニング (アメリカ) など

※定期的に院内で行っている外部の先生による臨床指導

- ・工藤慎太郎先生 (森ノ宮医療大学) : 超音波を用いた rehabilitative ultrasound imaging (RUSI)
- ・成田崇矢先生 (健康科学大学) : 腰痛・脊椎疾患の評価と治療

### 3. 学会発表・研修会参加

- 整形外科・スポーツの領域に特化した専門性の高い学会への参加を推奨しています。
- 学会発表の際にはグループ内のリサーチ部門の職員が発表や論文作成のサポートをします。
- 学会や研修会に対し費用を補助する研修制度を整えています。

- ・日本整形外科スポーツ医学会学術集会・日本関節鏡・膝・スポーツ整形外科学会・日本整形外科超音波学会学術集会
- ・日本臨床スポーツ医学会学術集会・日本肩関節学会・日本股関節学会学術集会・日本腰痛学会
- ・日本足の外科学会学術集会・日本超音波骨軟組織学会・日本理学療法学術集会・日本運動器理学療法学会学術集会
- ・東京都理学療法学術集会・長野県理学療法学術集会・関東甲信越ブロック理学療法学術集会・日本ダンス医科学研究会
- ・日本プロ野球トレーナー協会研究会 など

#### 職員の学術活動

##### ○小林久文

- ・第21回日本臨床スポーツ医学会学術集 ポスター優秀賞  
「超音波検査における踵腓靭帯の動態評価」
- ・第8回日本超音波骨軟組織学会学術総会（全国学会）大会賞受賞  
「オーバーヘッド様動作における上腕二頭筋長頭腱の動態観察に関する検討」

##### ○青山倫久

- ・Clinical Journal of Sport Medicine  
「A prospective randomized controlled trial comparing conservative treatment with trunk stabilization exercise to standard hip muscle exercise for treating femoroacetabular impingement, a pilot study.」



### 4. グループ内学会（アレックス学会）

1年に1回、グループ内の全職員が集まり、自身の日常業務からの目標、また知識や技術を深めてライフワークとしている内容について発表します。他の職員が日頃から研鑽している内容の発表や他職種の職員の発表から自己の学びの場となるとともに、互いの交流を深める機会となっております。アレックス学会は患者さんやスポーツ選手により良いサービスを提供する事を目的として、グループの開設から続いている行事の1つです。

### 勤務

#### 1. シフト ～月単位の変形労働制～

年間カレンダーで決められた月ごとの所定労働時間に合わせ、施設ごと、部署ごとに1か月単位でシフトを決めています。学会や研修会への参加やプライベートでの休日は、事前申請により、なるべく希望を取り入れられるようにシフトを調整しています。

#### 2. 休日・休暇

年未年始休暇（12月29日～1月3日）

夏季休暇（8月13日～15日）

※各休暇の前後で有給休暇の取得を併用することもあります

※施設によって変更となることもあります

その他の休日は毎月のシフトで決定し、概ね年間120日以上が休日となります。（週休2日～2.5日）

育児時短勤務や介護時短勤務の実績もあり、現在も仕事と家庭を両立し、活躍している女性もいます。

### 給与

3年間は規定の昇給となります（Grade I）

4年目からは個別の契約となります※

（Grade II～V）

※スキルや Grade によって特別手当を支給します

交通費・時間外労働手当は別途支給致します

地域手当は東京・埼玉の職員のための支給となります

職員教育や運営の管理者への推薦もあります

### 平成29年度手術件数の実績

1年間の手術件数は685件、主な手術は以下の内容でした。

膝前十字靭帯（ACL）再建術、膝半月板縫合・部分切除術  
肩腱板修復術（ARCR）、肩関節脱臼修復術（Bankart）  
腰椎椎間板ヘルニア摘出術（PED）、足靭帯縫合術  
股関節唇形成術、肘離断性骨軟骨炎・軟骨移植術



### スポーツチームサポート

AR-Ex では多くのチームに対して幅広くサポートしています。職員は積極的にフィールドへ出向き、選手や監督、コーチとコミュニケーションを深め、様々な情報を入手し、医療とスポーツ現場の連携を図っています。

【サポートチーム（順不同）】

読売ジャイアンツ、コナミスポーツクラブ体操競技部  
AC長野パルセイロ、信濃グランセローズ  
信州ブレイブウォリアーズ  
東京大学硬式野球部、早稲田大学硬式野球部  
明治大学アイスホッケー部・女子バスケットボール部  
東京都立大学アメリカンフットボール部  
東洋大学陸上部（女子長距離部門）  
日本女子体育大学新体操部、埼玉栄高校男子体操部  
長野日本大学高校サッカー部・バドミントン部  
伊那西高校新体操部、鶴見ジュニア体操クラブ  
二子玉川スポーツ少年団野球部、上田南リトルシニア野球部  
長野県国体チーム  
（スキー・アイスホッケー・バスケットボール）

### 地域貢献

【近隣の学校（小学校、中学校、高等学校、大学）との連携】  
施設が所在する地域の学校と連携をし、障害予防相談・指導、姿勢改善教室などを実施しています。クラブ活動や体育の授業でも全力でプレーが行えるように取り組んでいます。

【スポーツ大会への協力】

サッカー、バドミントン、体操、新体操など様々な種目の大会にトレーナーステーションを設置して参加する選手のサポートを実施しています。



### 医療法人アレックス

〒385-0022

長野県佐久市岩村田 1109-4（本部）

TEL:0267-66-7130

FAX:0267-66-7135

https://ar-ex.jp/



ご質問やお問い合わせは  
お気軽にご連絡ください。

担当：兼子 昌幸  
E-mail：jinji@ar-ex.jp