

病院だより

平成30年7月発行

No. 134

ご自由にお持ち下さい



目次

- 2 特集1 人間ドックのご案内
- 7 特集2 高気圧酸素療法はじめました
- 10 医療レーザー脱毛のご案内
- 12 第21回病院祭あいまつり
- 13 平成29年度接遇アンケート結果
- 14 看護のちから
- 16 私のかかりつけのお医者さん
- 17 医療人のコラム
- 18 知っておきたい豆知識
- 20 治療食
- 22 みなさまからのご意見
- 23 トピックス
- 24 外来診療担当医表

 J A 長野厚生連
南長野医療センター篠ノ井総合病院

特集1 人間ドックのご案内

健康管理センター

「自分は健康だから」と、健診を受けず自分の体を過信していませんか？

自覚症状がないからといって安心できません。例えば、がんは症状が表れたときは進行していることが多い病気です。

人間ドックの目的は、生活習慣病の予防や、病気の早期発見です。急速に進む高齢化社会を背景に生活習慣病は増加しているといわれています。多くの病気は自覚症状のないまま、徐々に進行していきます。特に高血圧や脂質異常、糖尿病などは無症状のまま血管のダメージを蓄積させ、心疾患や脳血管疾患の危険因子になります。人間ドックを受診し体の異常を把握し、生活習慣を改善することで、大きな病気の予防につなげることが可能です。

人間ドックは、がん検診を含む多岐にわたる検査を行い、病気の早期発見に役立ちます。人間ドックを利用して、病気の早期発見・早期治療とともに生活習慣も見直し、健康の保持増進に活用しましょう。

センターの特徴

当院の健康管理センターは、通院2日（1泊）ドック、1日ドック、脳ドックの他に、生活習慣病予防健診、集団健康スクリーニング、特定健診など年間を通し様々な健診活動を実施しています。

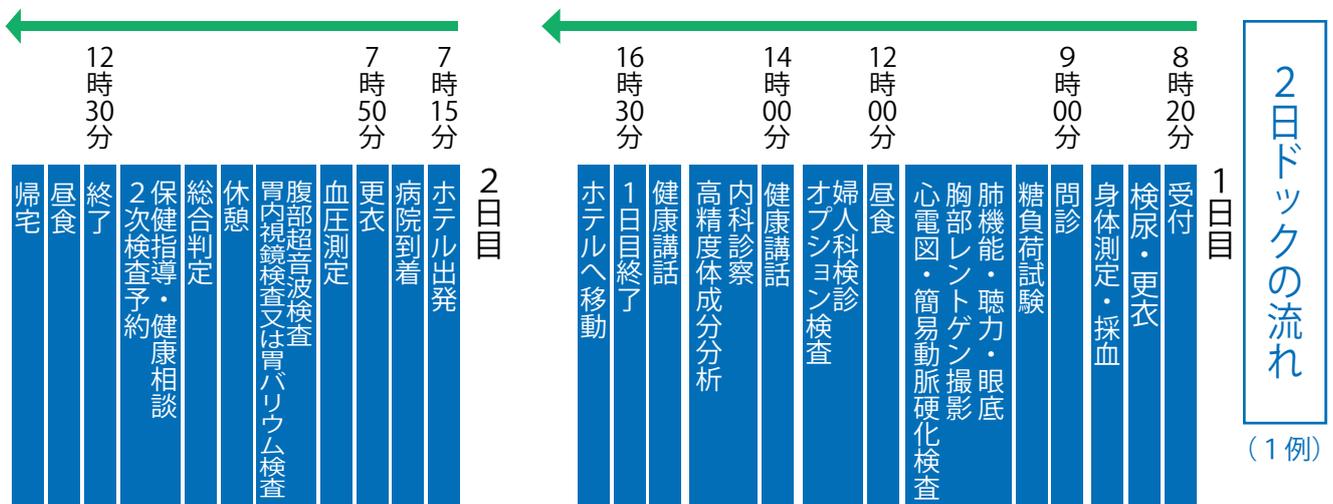
当院の人間ドックは、健診結果を正確かつ迅速に処理し、ドック当日、医師による総合判定を実施しています。医師による検査結果の説明に加え、生活習慣病予防として保健師・看護師、必要に応じて管理栄養士による日常生活へのアドバイスも行っております。

また、検査結果で異常がある場合は、受診者の方の希望を伺い、当センターから院内紹介を行い該当科の専門医によって精密検査や専門的治療を行う事が可能です。

通院2日（1泊）ドック

1年に一度、ゆったりと自分の健康を見つめなおしてみませんか？

日帰りの1日ドックと比較すると、充実した検査内容を、余裕のあるスケジュールで行います。ゆったりとした時間を利用し、保健師・看護師及びリハビリテーション科スタッフによる健康講話を実施しています。特に当院の通院2日ドックの特徴といえるのが宿泊です。夜はゆっくりリラックスしてお休みいただけるよう、戸倉上山田温泉「笹屋ホテル」にお泊りいただいております。



お部屋

本間 10 畳のお部屋です。日本建築がもつ心安らぐ空間となっております。全室に天然温泉、檜の内風呂がございます。ゆったりと温泉を楽しみながら、風情あふれるお時間をお過ごしいただけます。



お風呂

大浴場は露天風呂も含めて自家源泉 100% のかけ流しです。ゆったりとお寛ぎください。



お食事

笹屋ホテルでのお食事は、夕食のみついております。翌日の朝食はついておりません。夕食では信州の季節を感じられる和食会席料理をご用意しております。旬の食材をふんだんに使用した食事をご賞味ください。食物アレルギーなどございましたら、人間ドック申込時にお伝えください。

宿泊先のご案内

料金	一般	66,960 円 (税込)
	農協組合員	61,560 円 (税込)

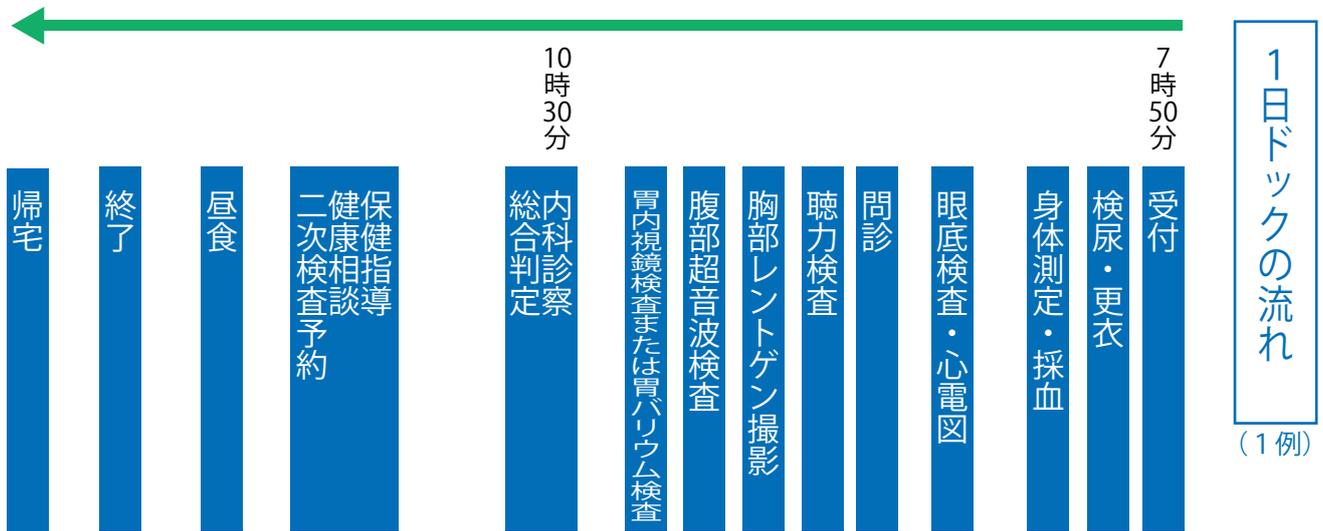
※消費税率は、8% で計算しております。

※キャンセル料 発生いたしません、早めのキャンセルのご連絡をお願い致します。

1日ドック

時間のない多忙な方にオススメです。

1日ドックは日帰りのため、宿泊ドックを受ける時間的余裕のない多忙な方に最適です。



料金 一般 39,960円 (税込)
農協組合員 37,800円 (税込)

※消費税率は、8%で計算しております。
※キャンセル料 発生いたしません、早めのキャンセルのご連絡をお願い致します。

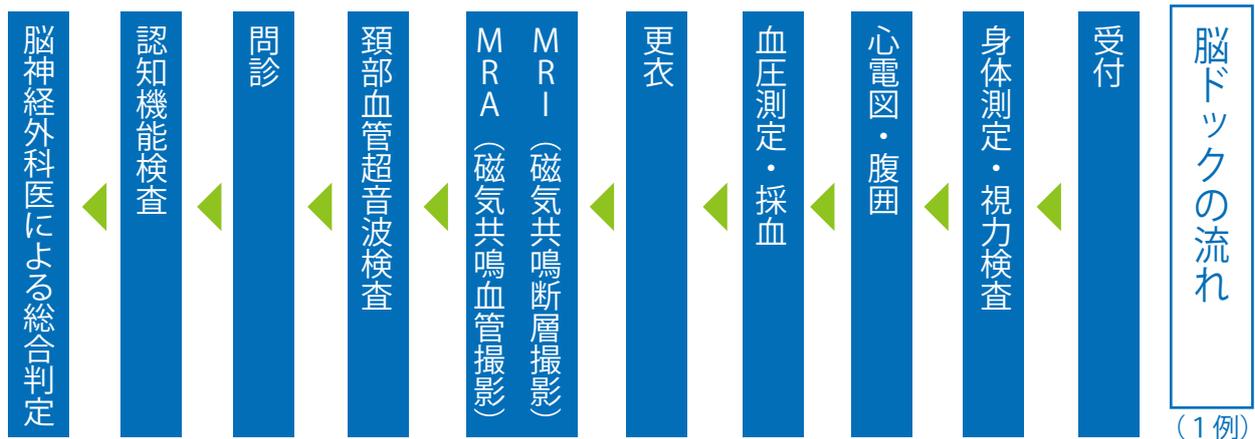
人間ドック基本検査項目

△: オプション検査

検査項目		通院2日ドック	1日ドック	検査項目		通院2日ドック	1日ドック	
計測	身長、体重、体脂肪率 腹囲、視力、聴力	○	○	肝臓 胆のう 膵臓	AST、ALT、LDH ALP、 γ -GTP コリンエステラーゼ、総蛋白 アルブミン、A/G比 ZTT、総ビリルビン アミラーゼ	○	○	
心臓・循環器	血圧、心電図、心拍数	○	○		電解質	ナトリウム、カリウム、 クロール、カルシウム 無機リン	○	○
眼科	眼圧検査 眼底検査	○	○			脂質	総コレステロール、中性脂肪 HDLコレステロール、LDLコレステロール	○
呼吸器	胸部X線 肺機能	○ (2方向)	○ (正面)		尿酸		尿酸	○
胃部	胃部レントゲン検査 胃部内視鏡検査	○ (折一)	○ (折一)	前立腺	PSA	○ (男性のみ)	△ (男性のみ)	
腎・肝・胆・膵	腹部超音波検査	○	○	婦人科 診察	内診 子宮頸部細胞診 頸腔超音波検査	○ (女性のみ)	△ (女性のみ)	
腎臓	尿蛋白、尿潜血、尿素窒素 クレアチニン、e-GFR	○	○	その他	高精度体成分分析	○		
大腸	尿沈渣	○			健康講話	○		
血液	白血球、赤血球、 ヘモグロビン、ヘマトクリット 血小板、血液像、血清鉄	○	○	総合判定、保健栄養指導	○	○		
血清	梅毒検査、HBs抗原 HCV抗体、CRP	○	○					
血糖	75g糖負荷試験 空腹時血糖、HbA1c、尿糖	○	○					

脳ドック

日本人の死因の一つ「脳卒中」。たとえ助かって後遺症が残り、社会復帰が難しい病気の一つです。脳卒中はその多くが前ぶれもなく突然発症します。その脳卒中を予防する有力な手段が「脳ドック」です。脳ドックでは脳卒中の早期発見に威力を発揮します。脳卒中には脳内出血や脳梗塞などがあり、くも膜下出血の危険因子となる脳動脈瘤、脳梗塞の危険因子となる脳血管や頸動脈の狭窄を発見し、早期発見・早期治療を行うことを目的とします。
(予約制、火・木・金のみ)



※検査項目は契約の健康保険組合により異なる場合があります。



料金

人間ドックのオプション 43,200円 (税込)
脳ドック単独 48,600円 (税込)

※消費税率は、8%で計算しております。

※キャンセル料 発生いたしません、早めのキャンセルのご連絡をお願い致します。

日本脳ドック学会認定施設

当院は、一般社団法人日本脳ドック学会により、認定を受けた施設です。

日本脳ドック学会認定施設とは
日本脳ドック学会が定める脳ドックのガイドラインに沿った基準をクリアしていることや、専門医が画像診断すること、年間50人以上が脳ドックを受診していることなどさまざまな項目が掲げられています。

人間ドック健診施設機能評価認定施設

当院は、公益社団法人日本人間ドック学会により、人間ドック健診施設機能評価 (Ver.3.0) の認定を受けております。

人間ドック健診施設機能評価とは
人間ドック学会が行う第三者の評価で、受診者の方が安心して快適に質の高い健診を受けられるかということに重点を置いております。「施設運営のための基本的体制」「受診者の満足と安心」「人間ドック健診の質の確保」の3領域について基準を達成できているか、書面と調査員による訪問審査で厳しく審査され、学会が定めた基準をクリアしたことを証明するものです。

人間ドックオプション検査

<p>肺がん検診 CT</p> <p>通常検査よりも低線量で、胸部全体を CT で撮影します。胸部レントゲン写真では発見することの難しい小さながんを見つけることができます。</p> <p>10,800 円 (税込)</p>	<p>喀痰検査</p> <p>喀痰の細胞診による肺がん検診です。後日、3 日分の痰を採取し提出していただけます。</p> <p>2,376 円 (税込)</p>	<p>乳房超音波検査</p> <p>50 歳以下の方で乳腺の発達している方、乳腺症と言われたことのある方におすすめています。</p> <p>(女性のみ)</p> <p>4,320 円 (税込)</p>
<p>マンモグラフィ (乳房 X 線検査)</p> <p>石灰化を伴う乳がんの早期発見に有効で、乳房を片方ずつはさんで撮影します。</p> <p>50 歳以上の方にお勧めします。</p> <p>(女性のみ)</p> <p>5,400 円 (税込)</p>	<p>子宮頸がん検査 (内診・経膈エコー・子宮頸部細胞診)</p> <p>子宮頸部の細胞を採取し、検査を行います。子宮頸がんは、若い年代から発症し近年増加傾向にあります。</p> <p>(女性のみ)</p> <p>4,320 円 (税込)</p>	<p>子宮体がん検査</p> <p>子宮体部の細胞を採取し、検査を行います。50 歳以上の方、不正出血や出血を伴う下腹部痛のある方におすすめています。</p> <p>(女性のみ)</p> <p>3,780 円 (税込)</p>
<p>HPV (ヒトパピローマウイルス) 検査</p> <p>子宮頸がんの原因は HPV 感染です。子宮頸部細胞診と HPV 検査の両方を検査することでがんになる前の段階で発見することができます。</p> <p>(女性のみ)</p> <p>5,400 円 (税込)</p>	<p>ヘリコバクター・ピロリ検査</p> <p>血液検査により、検査します。ピロリ菌感染は、萎縮性胃炎や胃潰瘍・十二指腸潰瘍の原因となり、胃がんの発生にも関与しています。ピロリ菌を除去することは胃・十二指腸潰瘍の再発、胃がんの予防になります。</p> <p>1,620 円 (税込)</p>	<p>CEA・CA19-9</p> <p>血液検査により、消化器系の悪性腫瘍の補助診断をします。CEA は大腸がん、胃がん、すい臓がん、肺がん等、CA19-9 はすい臓がん、胆のうがん、胆管がん等で高値となります。</p> <p>3,240 円 (税込)</p>
<p>PSA (前立腺がん検査)</p> <p>血液検査により、前立腺がんや前立腺肥大症の補助診断をします。</p> <p>(男性のみ)</p> <p>1,728 円 (税込)</p>	<p>HIV 検査</p> <p>血液検査により、エイズウイルスの感染を検査します。</p> <p>1,728 円 (税込)</p>	<p>睡眠時無呼吸検査</p> <p>就寝時に機械をつけて検査します。昼間眠気の強い方やいびきをかく方、睡眠時に息が止まるといわれる方におすすめています。</p> <p>(1日1名限定) (通院2日ドックのみ)</p> <p>5,400 円 (税込)</p>
<p>骨塩量測定 (通院2日ドックのみ)</p> <p>X 線で腰椎の骨塩量を測定し、骨粗しょう症を発見する検査です。</p> <p>3,888 円 (税込)</p>	<p>内臓脂肪 CT 検査 (メタボ CT)</p> <p>へそのあたりで腹部 CT を撮り、内臓脂肪と皮下脂肪の面積を判定します。</p> <p>(通院2日ドックのみ)</p> <p>3,240 円 (税込)</p>	<p>※オプション検査のお申し込みは人間ドック受診日当日にお受けしています。</p> <p>※消費税率は、8% で計算しております。</p>

健康管理センター

お申し込み・お問い合わせ

当センターは完全予約制です。お電話でご予約ください。

電話 **026-292-2261**

受付 / 平日 14:00 ~ 17:00

土 (第1・4) 9:00 ~ 12:30

※ 予約状況により、ご希望の日程が埋まっている場合がございます。

特集 2

高気圧酸素療法 (HBO) はじめました

高気圧酸素療法 (Hyper-Baric Oxygenation therapy :HBO) が、平成 30 年 4 月から篠ノ井総合病院でも施行開始となりました。馴染みのない治療と考え、ご紹介します。

高気圧酸素療法とは？

高気圧酸素療法 (HBO) はタンクやカプセル内で圧力を加えた状態で 100% 酸素を吸入することにより様々な効果を引き出す治療です。HBO では、カプセル内の圧力を +1 気圧 (≒ 通常大気圧 1 気圧 + 1 気圧) ≒ 2 絶対気圧) まで高めます。1 気圧の加圧と言っても、どのくらいか思い抱くのは難しいですが、水に 10メートル潜った状態と一緒です。地球の大気内では通常でも 1 気圧を受けているのですが、更に 1 気圧 (+1kg/cm²) を加えるのが HBO です。次ページに HBO 装置を示します。+1 気圧に加圧した時には横にある約 1m の扉におよそ 10t の力が掛かります。この圧に耐えられるように頑丈な作りになっています。



救急科・集中治療科部長
関口 幸男

HBO 中の体の変化

2 気圧に加圧した状態で 100% 酸素を吸入することにより、体内の酸素濃度は通常の 10 倍を超えるようになります。大気圧は 1 気圧 ≒ 760mmHg であり、大気の酸素濃度は 21% 程度であることから、通常の呼吸では 21% × 760mmHg ≒ 159.6mmHg 程度の圧力の酸素を吸気しています。この状態で、正常人の血中酸素は 100mmHg 程度に保たれています。HBO では、2 気圧の環境下で 100% の酸素を吸入することにより、吸気の酸素圧は 100% × (760 × 2) = 1520mmHg と大気酸素の 10 倍近い高濃度の酸素を吸入することになります。これにより、HBO 中の血中酸素は 1000mmHg を超えるようになります。この高圧と高濃度の酸素が様々な働きを示すようになります。

高気圧酸素療法 (HBO) の原理と適応疾患

①【発症後 1 ヶ月以内 7 回までの疾患】

- 減圧症
- 空気塞栓

②【一連につき 10 回を限度とする疾患群】

- 急性一酸化炭素中毒その他のガス中毒（間歇型を含む）
- 重症軟部組織感染症（ガス壊疽、壊死性筋膜炎）又は頭蓋内膿瘍
- 急性末梢血管障害
 - イ) 重症の熱傷又は凍傷
 - ロ) 広範挫傷又は中等度以上の血管断裂を伴う末梢血管障害
 - ハ) コンパートメント症候群又は圧挫症候群

- 脳梗塞
- 重症頭部外傷後若しくは開頭術後の意識障害又は脳浮腫
- 重症の低酸素脳症
- 腸閉塞

③【一連につき 30 回を限度とする疾患群】

- 網膜動脈閉塞症
- 放射線又は抗がん剤治療と併用される悪性腫瘍
- 難治性潰瘍を伴う末梢循環障害
- 皮膚移植
- 脊髄神経疾患
- 骨髄炎又は放射線障害
- スモン
- 突発性難聴

(平成 30 年 4 月の時点で保険で HBO の適応となっている疾患)



写真①: 当院で導入した高気圧酸素療法 (HBO) 装置アクリル製の容器で閉塞感なく治療できます。



写真②: HBO 装置の扉と内部
治療中はこの蓋に 10t もの力が掛かります。装置内にはレールに沿ってベッドで滑り込みます。



写真③: チャンバー上に取り付けられたテレビ
内部に音声や音楽も流れ、退屈しないように配慮しています。

HBO の効果はどうやって現れるの？

適応疾患となっている疾患により、効果の示し方には幾つかの機序があります。(図 1 参照)

①の減圧症や空気塞栓は血液中に発生した気泡により血流が阻害される病態です。これらの場合、HBO の圧力により、気泡を小さくして洗い流すことが出来ます。また、血流の阻害により虚血障害を示した組織を高濃度酸素により救済する効果も示されます。この 2 疾患は HBO が絶対適応の疾患です。

②にある、急性一酸化炭素中毒は、一酸化炭素 (CO) が酸素より強力に血中のヘモグロビン他と結びつくことにより生じる病態です。一酸化炭素の結合は、脳神経内にも生じると考えられ、初期の症状の他に一カ月程度で生じる遅延型の障害（認知機能低下など）が恐れられています。HBO によりこの遅延型障害が改善すると報告されています。

おり、一酸化炭素中毒時には HBO は良い適応となります。また、②の腸閉塞は、拡張した腸管ガスが圧により縮小することによって通過が改善し、また高濃度酸素により腸管の運動が改善すると考えられています。

他の②および③は主に高濃度の酸素による組織の維持と治療促進を狙う疾患群です。HBO による組織の保護と治療促進が知られており、治療の期間によって②と③は分けられています。

治療の合併症や危険性

1. 圧損傷

加圧・減圧時には体内と体外の気圧差が生じます。圧力により生じる合併症が圧損傷です。一番簡単な圧損傷として、耳閉による耳の痛みが挙げられます。水に潜るときなど、耳抜きという対応で耳の痛みを取りますが、HBOでもこの耳抜きが大切になります。重篤な圧損傷としては、肺に嚢胞が出来ている場合などは、破裂によって気胸を生じる危険性があります。このため、肺に大きな嚢胞（ブ



写真④: 部屋に大きく掲示されている注意事項

ラなど) がある場合にはHBOを施行できないことがあります。加減圧のスピードを上手に調整し、他の圧損傷を回避しております。

2. 酸素による中枢神経障害

純酸素を長時間吸入することにより、酔った状態になることが知られています。より長時間になると意識障害や痙攣などが出現することもあります。時間を調整しながらの施行により、酸素障害を避けるようにいたします。

3. 爆発の危険性

HBO装置は爆発の危険性があり、その安全管理には万全を期す必要があります。高濃度酸素と圧力がかかった環境に、発熱や燃焼する物質が持ち込まれることにより事故に至ります。日本国内で起こった爆発事故では、使い捨てカイロの持ち込み

が原因であり、患者さんを含めて数名の命が失われています。可燃性物質、電池、カイロなどの持込は厳禁となります。最悪の事故を回避するように厳重なチェックを全ての患者さんに施行しています。

最後に

HBO装置および治療は見た目には何も無いように見えてしましますが、大きな圧力に加えて、高濃度酸素という危険を伴うガスを制御しなければならぬ治療の一つです。当院にはこのような治療に精通した高気圧医学専門医が常駐しており、安全かつ迅速な治療を行っております。

当院に導入されたHBO治療ですが、お見知りおき頂けるようお願いを申し上げます。



医療レーザー脱毛のご案内

当院形成外科外来では、
ロングパルスアレキサンドライトレーザー GentleLASE を導入して、
日本人の肌に適した医療レーザー脱毛を行っています。

- 日本人の肌に合った定番の医療レーザー脱毛
- メラニンへの吸収に優れ、効果的な脱毛が可能
- 痛みが少ない
- スピードが速く、治療は短時間で終了

※脱毛治療は健康保険適用外（自費診療）です



医療レーザー脱毛の仕組み

毛根は毛をどんどん作り出していく働きがあり、毛を抜いてもまた生えてきます。皮膚にレーザーを当てると、毛根内の毛の中に含まれるメラニンに吸収され、毛根内の温度を急上昇させます。その熱で毛根とその周辺の組織が破壊され、毛根が毛を作れなくなります。

医療レーザー脱毛はエステの光脱毛よりも確実に効果的です

エステの光脱毛はいろいろな波長の光を含んでおり、皮膚の色々な部分で吸収されるために毛根をきちんと破壊することが出来ません。法律的にも毛根を破壊するほどの強さで照射することが認められていません。医療レーザー脱毛のレーザー光線は脱毛に最も適した単一波長の光で出来ているため、効果的に行うことが可能です。しかし、エステの光脱毛でも同様ですが、完全な脱毛は困難です。脱毛ではなく、長期的な減毛です。追加照射が必要な場合もあります。

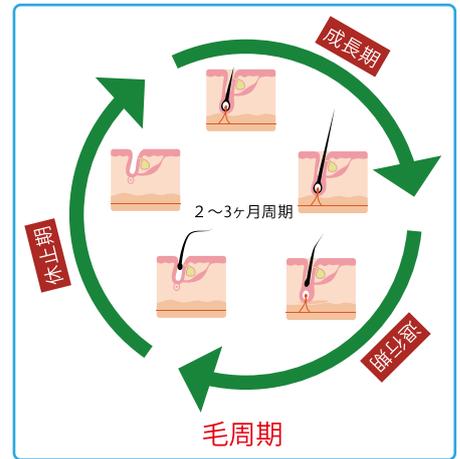
レーザー照射は1ヶ月～2ヶ月間隔で4～6回（最低3回）必要です。

毛根には毛周期があり、成長期が数ヶ月続いた後、休止期に入り数ヶ月は毛を作れません。

休止期の毛根には毛がありませんので、レーザーを当てても毛根を破壊することが出来ません。そのため、効果的に脱毛をするためには1～2ヶ月間隔で4～6回の施術をする必要があります。（毛周期の違いにより、部位によっては必要回数が増えることがあります。）

詳細情報

- 診療日** 毎月第2金曜日午後1時半から行います。(予約制)
- 受診方法** 紹介状は必要ありません。
レーザー脱毛を希望される方は予約をお願いします。
(電話予約は平日午後3時～5時の間にお願いします。)
直接来院された場合は、当日の混み具合によりレーザー照射出来ない場合もあります。
- 治療時間** 約10分～30分程度(部位や箇所によります)。
※初回は照射前の説明のため+15分程度必要です。
- 通院間隔** 周期に合わせて、1ヶ月～2ヶ月おきに約4～6回の施術が最も効果的です。



- 注意事項** **ハレ/赤み** 直後に皮膚表面が赤くなりますが、一過性のもので数日程度で治まります。
※まれに症状が長引いたり、毛のう炎を発症する場合がありますが、適切な処置で改善していきます。
- 剃毛** 事前に施術部位の剃毛を行って来ててください。抜毛はレーザー照射の効果がなくなるため止めて下さい。
- 痛み** 照射中はゴムで軽く弾かれる様な痛みを感じる場合があります。特に毛の濃い部分は痛みを感じやすくなります。
- 洗顔・洗髪・シャワー** 当日より可能です(温まることにより処置部位に発赤が生じる時があります)。
メイク・激しいスポーツ・飲酒 翌日より可能です。
- 日焼け** 治療期間中は日焼けを避け、必ず日焼け止めクリームをお使いください。
- 合併症** 紅斑、毛のう炎、硬毛化(毛が硬くなること)、やけど

医療レーザー脱毛料金表

● 診察料

1回目	¥3,015
2回目以降	¥756

※脱毛治療は健康保険適用外(自費診療)です
※価格は税込価格です

● 脱毛

両わき(1回)	¥8,000
両前腕(1回)	¥18,000
両上腕(1回)	¥18,000
両前腕(1回)+両上腕(1回)	¥33,000
両下腿(1回)	¥22,000
両大腿(1回)	¥35,000

ビキニライン(1回)	¥12,000
顔面(女性)	¥10,000
男性ひげ(上口唇)	¥5,000
男性ひげ(両頬)	¥8,000
男性ひげ(顎)	¥8,000
男性ひげ(全範囲)	¥20,000

● 追加

5ショット	¥1,000
10ショット	¥2,000

● その他、処方薬別途自費

お問い合わせ

JA 長野厚生連

南長野医療センター篠ノ井総合病院 形成外科外来

電話 **026-292-2261** (平日午後3時～5時)

第21回病院祭あいまつり

「地域が必要とする急性期病院を目指して」

今年は4月29日（日）に開催し
3,165名の方にご来場いただきました。

4月29日（日）に、第21回病院祭あいまつりを開催しました。今年も、昨年同様ドクターヘリの訓練を行い、訓練終了後にはドクターヘリの見学会を開催しました。多くの来場者がドクターヘリをバックに記念撮影をされていました。大変盛況で会場の屋上ヘリポートは多くの見学者でにぎわいました。今回の特別講演には、長野県のテレビ、ラジオで活躍中の松山三四郎さんをお迎えし、「三四郎と考える地域医療」というタイトルで講演をしていただきました。過去にテレビ番組の収録で当院に来た思い出や、自身の体験談などを楽しくお話していただきました。難しいタイトルの講演でしたが、あつという間の1時間30分でした。また、地元出身の二胡奏者高山賢人さんのコンサートも多くの聴衆がためかけ大盛況でした。更級歯科医師会による「歯の検診コーナー」も子供からお年寄りまで多くの方が歯のチェックをして大人気でした。医療機器体験コーナーでは医師になったつもりで実際に医療機器に触れていただきました。こちらも小さなお子さんから大人まで大人気でした。

おかげさまで、天候にも恵まれ3千人を超える多くの方にご来場いただきました。ありがとうございました。



大人気のドクターヘリ見学会



美しい音色を奏でる
高山賢人さん



脳血管治療について講演する
村田脳神経外科統括部長



熱く語る松山三四郎さん



医療機器に触れドキドキの子供達



医師・看護師に気軽に相談



子供達に大人気のふわふわ

平成29年度 接遇アンケート結果

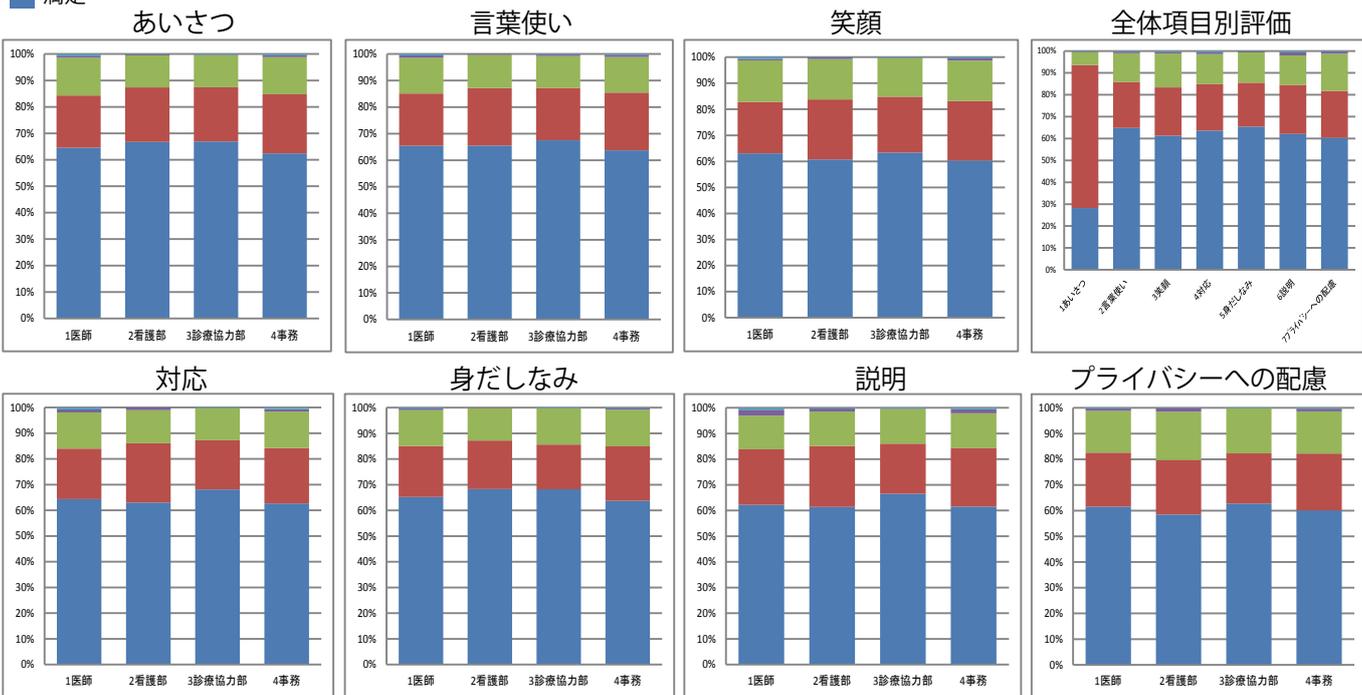
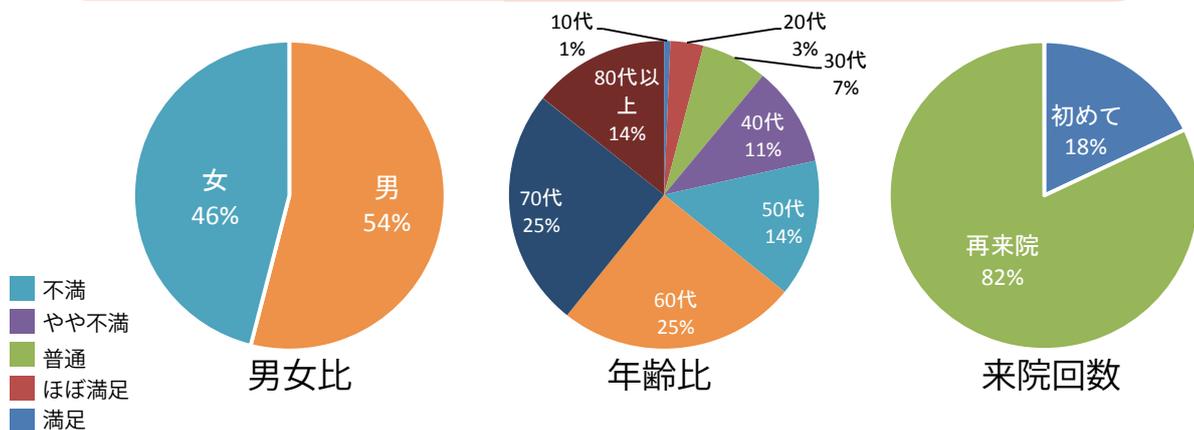
当院では、患者さんに安心して医療を受けていただけるよう、「あたたかさを感じる」「あたたかさを感じる」を目標に、職員の接遇向上に努めています。

毎年1回、通院された外来患者さん、入院中の患者さんを対象に、病院接遇で最も重要な7つの項目を各職種別に評価するアンケートを実施しています。

結果は多くの「良い」評価をいただいております。「不満」の評価は、少数ではありますが、全員のイメージに大きく関わるものと認識しております。

皆さまからいただきました多くの貴重なご意見は、今後改善に役立て、患者さんの思いに寄り添う対応ができるよう努めたいと考えております。

ご協力ありがとうございました。



ご意見

医師

- 患者の気持ちになって話してください、安心感があります。
- もう少し患者の顔を見てお話していただきたい。

看護師

- 優しく親切に対応してください、とても安心して受診できます。
- 必要以上に声が大きすぎてプライバシーが守られていないことがある。

技師

- 慣れない検査に緊張しましたが、丁寧に説明していただき良かったです。
- 黙って機械操作に入り、一言あいさつあった方がよい。

事務

- 笑顔で接して下さって安心できました。
- 対人である事を決して忘れないほしい。

その他

「待ち時間が長い」というご意見を多くいただきました。全科で待ち時間短縮に努力しております。また、お待ちごの間の声がけ等対応の改善にも努めてまいります。



看護のちから

認定看護師シリーズ①⑥

緩和ケア認定看護師

本5東病棟 ^{たかざわ}高澤 ^{ゆき}祐希

私は、2014年に山梨県立大学看護実践開発研究センター緩和ケア認定看護師教育課程で学び、2015年に緩和ケア認定看護師の資格を取得しました。現在、呼吸器内科・耳鼻科の病棟に勤務しています。がん治療を行っている患者さんをはじめ、検査や手術を行う患者さん、病気などによって人生の最後を迎えられる患者さんなど様々な患者さんの看護を行っています。病気などにより様々な苦痛を感じている患者さんやご家族に寄り添い、苦痛を緩和できるよう支援していきたいです。

緩和ケアとは

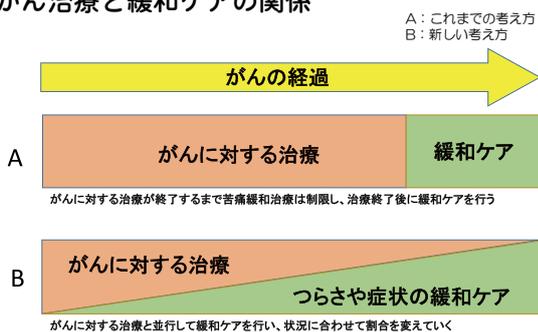
緩和ケアとは病気に伴う体と心の痛みを和らげ、生活やその人らしさを大切にすることを考えます。がん患者さんや家族は、がんと診断された時、治療の過程、あるいは再発や転移が分かった時など様々な場面でつらさやストレスを感じます。緩和ケアでは患者さんとご家族が自分らしく過ごせるように医療的な側面に限らず、いろいろな場面で幅広い対応をしていきます。緩和ケアは、「がん治療ができなくなった方への治療」「がんの終末期に受けるもの」と思っている方もまだまだ多いようです。緩和ケアは、がん治療の初期段階から、がん治療と一緒に受けるケアです。緩和ケアは患者

WHO（世界保健機関）による緩和ケアの定義

(2002年)

緩和ケアとは、生命を脅かす疾患による問題に直面している患者とその家族に対し、痛みやその他の身体的問題、心理社会的問題、スピリチュアルな問題を早期に発見し、的確なアセスメントと対処（治療、処置）を行うことによって、苦しみを予防し、和らげることで、クオリティ・オブ・ライフ（QOL：生活の質）を改善するアプローチである。

がん治療と緩和ケアの関係



緩和ケアを受けるメリット

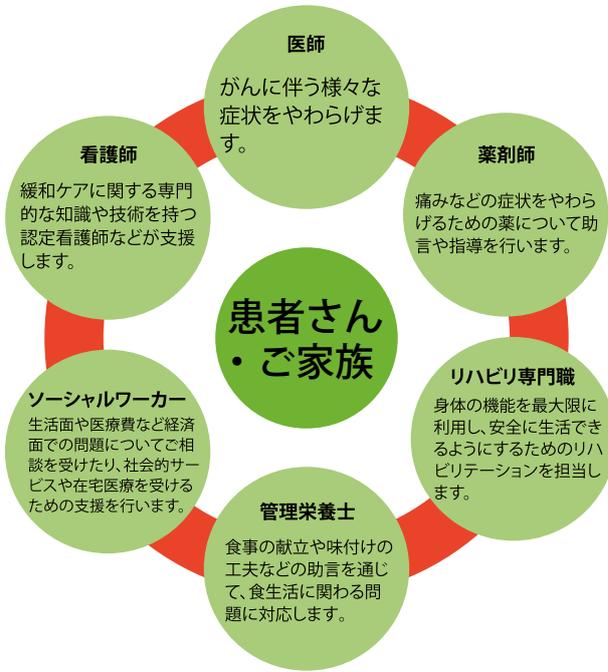
がん治療中に経験する苦痛を伴う症状（吐き気、嘔吐、痛み、倦怠感など）が緩和され、がん治療に取り組み力がわいてきます。

患者さんやご家族の不安や心配事など、心のつらさをやわらげるために緩和ケアのスタッフがお手伝いをします。

さんのどのような病状であっても、どのような時期であっても受けることができます。

がんの痛みについて

がんに伴う体の痛みのはほとんどは、鎮痛剤を適切に使うことで治すことができます。痛みを和らげるために必要な量は、痛みの原因や、強さ、鎮痛薬に対する反応の個人差などによって異なります。そのため、それぞれの患者さんにとって十分に痛みを止めることができる量を、患者さんに鎮痛剤の効果を尋ねながら痛みによる生活の影響がなくなる量まで調節していきます。



緩和ケアチームにかかわるさまざまな職種と役割

医療用麻薬に対する誤解

がんの痛みの治療法は、WHO方式がん疼痛治療法と呼ばれ、世界的に最も効果的で安全な治療法とされています。この方法では痛みの強さに従って段階的に鎮痛薬を使います。強い痛みにはモルヒネなどの医療用麻薬が使われます。モルヒネなどの医療用麻薬に対して、「中毒」「命が縮む」「最後の手段」といった誤ったイメージを持たれることがあるかもしれませんが、しかし、世界における20年以上の経験から、がんの痛みの治療には、モルヒネなどの医療用麻薬による鎮痛治療が最も効果的であり、誤解されているような副作用は認められないことが明らかになっています。

**痛みは我慢しないで、
伝えましょう**

痛みを長い間我慢すると、夜眠れなくなったり食欲がなくなったり、体の動きが制限され、気分がふさがちになり、生活に大きな影響を及ぼします。がんの痛みは軽いうちに治療を始めれば、短期間に十分な鎮痛が得られるものがほとんどです。痛みの治療を早い時期から始めるために、自分の痛みの症状を医療者に十分に伝えることが大切です。

緩和ケアチーム

緩和ケアチームは体と心のつらさなどの治療のほか、患者さんの社会生活やご家族を含めたサポートを行うために、さまざまな職種のメンバーが関わっています。毎週1回、カンファレンスを行い、緩和ケアチームに依頼があった患者さんについて話し合いをします。患者さんとも直接お会いし、お話を伺いしています。患者さんの悩みや不安について一緒に考え、納得できる選択をするために支援していきたくと思っています。

がんサロン

当院では2ヶ月に1回、がんサロンを開催しています。病院のある篠ノ井会（※）にちなみ『がんサロンあい』と名付けました。がん治療を行っている患者さんやそのご家族が、闘病生活での不安・孤独などを同じ境遇の方や病院スタッフとの交流を通して和らげることを目的としています。毎回、がん患者さんやそのご家族が、悩みや不安、体験などを自由に語り合ってもらっています。どうぞお気軽にご参加ください。

私のかかりつけの
お医者さん
 ご紹介 その
44



ストレスケア さらしなクリニック

院長 ^{いとう}伊東 ^{つとむ}勉 先生

平成28年10月、篠ノ井会地区に開院いたしました。場所は厚生連南長野医療センター篠ノ井総合病院の駐車場西隣にあるビルの1階です。専門は心療内科のクリニックですが、これまで大学病院や国立総合病院、長野松代総合病院などで不安やうつなどのストレスに関連した疾患を中心に、睡眠障害や認知症などの診療を行ってきた経験から専門の医療とともに、総合病院や他の医療機関との連携の必要性を的確に判断して、最良の医療を提供するように心がけています。

また、当院では診察の待ち時間を少しでも短くするため初診、再診とも予約制としております。初診の方は電話で予約を承っておりますが、初診時の診察は1～2時間ほど掛けてできるだけ丁寧に行うため、初診の方は午前、午後1名ずつの予約とさせていただいております。

これからも地域の医療機関との連携を密にして、患者さんやそのご家族から「受診して良かった」と感じていただけるような診療を行い、この地域で必要とされるクリニックとなるように努めていきたいと思っております。どうぞよろしくお願いいたします。



アクセス



診療日

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00 (受付8:30～)	休	○	○	○	○	○
14:00～18:00 (受付13:30～)	休	○	○	○	○	○

土曜午後の診察は17:00まで

診療科目：心療内科・精神科

休診日：月・日・祝日

〒388-8004

長野県長野市篠ノ井会 230

TEL：026-214-6735

「はじめまして」

小児科 ^{いとう}伊藤かおり



はじめまして。小児科の伊藤かおりと申します。今年度より当院に異動となりました。よろしくお願いいたします。

昨年度は信州大学医学部附属病院で勤務しており、そこでは非常に難しい病気の子どもたちが入院し、まさに命がけの治療に取り組んでいる子どもたちばかりでした。一般病院では経験できない多くのことを学ばせていただきましたが、常に緊張感のある毎日でした。こちらに赴任してからは、定期通院中の元気いっぴいの子どもたちに大きな活力をもらっています。もちろん、具合の悪いときは元気になるまでこまめに通院してもらう必要があり、徐々に顔なじみとなる子どもたちも増えてきました。それがとても新鮮で、うれしく思っております。

篠ノ井総合病院小児科は、外来、病棟、NICU とどこに行ってもとても温かいスタッフの皆さんたちばかりです。NICU では、早産・低出生体重児のお子様の入院が時には1ヶ月を超え、退院時はまるで卒業式のような雰囲気になります。入院が長くなるお子様には「育児日誌」というものがあり、入院中のアルバムのようなものをスタッフが作成してくれています。いつか子どもが大きくなってからも、ご家族だけでなくそのお子様自身にも大切にしていだけるとうれしいです。

また私事ですが、私は出身が長野県出身、大学は富山大学卒業で、都会では一切暮らしたことがなく、おかげで大学時代からは登山やスキーに行くことが多くなりました。このあたりの小中学生は必ずとっていいほど、飯綱高原宿泊学習や飯縄山登山の行事があるのですね。子どもたちから学校行事や保育園でのお話を聞くのもとても楽しいものです。病気に関係なく、そういったこともお話ししてくれるくらい通院して下さる子どもたちと仲良くなれましたら幸いです。

最後になりましたが、地域の皆さまのお力になれるよう精一杯頑張っていきますので、今後ともよろしくお願いいたします。



知っておきたいくすりの豆知識

④

薬剤部

薬は様々な形や使い方があり、前回までの「知っておきたいくすりの豆知識」では内服薬の種類や飲み方などについてご紹介しました。シリーズ4回目の今回は、外用薬について詳しく取り上げていきたいと思えます。

外用薬

外用薬は、人の身体に直接作用をお薬のことを指します。大きく分けると皮膚に使う塗布薬や貼付薬、目・鼻・耳に用いる点眼薬・点鼻薬・点耳薬、気管支や肺に用いる吸入薬、肛門に用いる坐薬があります。

お子さんや高齢の方で内服が困難な場合でも症状に合わせて使うことができます。

塗布薬

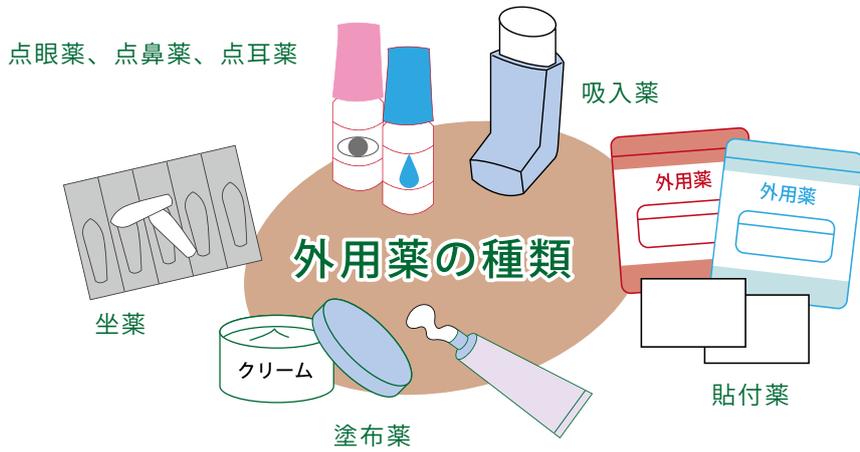
塗布薬は有効成分と基材（ベースとなるもの）が混ざった、皮膚などに塗るお薬です。基材の違いによって軟膏、クリーム、ローションなどの種類があります。軟膏は刺激が少なく塗り薬でほとんどの皮膚疾患に使用でき、付着性が高いのが特徴です。クリームはさらさらとした使用感が特徴で、水で簡単に洗い流すことができます。皮膚からの吸収が良く、水虫など皮膚の深いところに浸透させたい場合に適していますが、軟膏に比べ刺激があるため傷口には適していません。ローションは、頭皮など、軟膏やクリームでは塗りにくい部位によく使われます。スプレータイプもあり、

範囲が広い所にも使用可能です。即効性に優れるため、かゆみ止めに適しています。一番使用感が良い反面、持続時間の短縮や皮膚乾燥作用といった欠点もあります。クリーム同様、ただれている箇所や水泡になっている部位への使用は不向きです。症状や部位での使用感や刺激の有無、皮膚への浸透しやすさの違いによって使い分けていきます。

貼付薬

貼付薬にはパップ剤、テープ剤などがあります。パップ剤は水分を含んでいて冷感や温感タイプがあります。冷感タイプは急性期の炎症（筋肉痛や捻挫など）に、温感タイプは慢性的な

炎症（腰痛や肩こりなど）に適しています。粘着力が弱いためはがれやすいですが、テープ剤と比べてかぶれにくいという特徴があります。テープ剤は粘着力が強く、はがれにくいため関節部位など動く部分に向いています。長期で使用するとかぶれてしまうことがあります。かぶれにくくするための工夫として、貼るときは患部をしっかりと拭き、長時間同じ部位に貼ることは避け、毎回貼る位置をずらすようにしましょう。また、貼付部位が日光にあたると痒みや発疹などの炎症を起こすことがあるので、注意が必要です。



点眼薬、点鼻薬、点耳薬

点眼薬、点鼻薬、点耳薬は、お薬を眼、鼻、耳に使用するものです。使用前は手を洗って清潔にし、鼻をかんだり耳掃除をしたりして準備をしましょう。点眼薬は1滴で十分に効果があります。点眼した際は薬液が眼全体にいきわたるようにしばらくまぶたを閉じます。2種類以上ある場合はそれぞれの間は5分程度あけてから使用してください。点鼻薬は頭をうつむき加減にして片方の鼻をふさぎ、噴霧するようにしましょう。点耳薬は冷たいまま使用するとめまいを起すことがあるので、容器を体温に近い温度まで温めてから使用しましょう。2種類以上ある場合は点眼薬とは異なり、基本的には続けて使用しても構いません。

吸入薬

吸入薬はお薬を霧状に噴出し、口から吸いこみ気管支や肺に作用させるものです。吸入薬のポイントとして、吸入する時間を決めて習慣づけるようにしましょう。発作時など屯用で使うものは症状が出たらすぐに使うようにしましょう。ステロイドの入った吸入薬を使用する場合には声がれ、口腔カンジダ症などの痛みなど局所的な副作用が起ることがあります。副作用の予防として吸入後のうがい徹底しましょう。小さなお子さんには飲水でも十分な予防効果がありません。



坐薬

坐薬は肛門に挿入して使用するお薬です。痔など局所的に作用するものと解熱・鎮痛など全身作用を有するものがあります。一般的に、内服薬に比べて体内に吸収される割合が高いため、速効性が期待できます。小さなお子さんには仰向けで両足を持ち上げた姿勢で、肛門内に深く入れて4〜5秒押さえておくと簡単に入れることができます。

外用薬には様々な種類がありますが、それぞれを決められた用法で正しく使用してください。薬の使用方法などわからないことがあれば、病院やかかりつけ薬局にお気軽にご相談ください。

次回は注射薬について、知ってほしい知識や注意点を紹介します。

(担当：薬剤師 牛澤侑美・山口美紀)

高血圧の原因

高血圧の 90% 以上は遺伝的な素因に加えて、喫煙や飲酒、不規則な食生活、運動不足、ストレスといった生活習慣が重なって起こるといわれています。高血圧は動脈硬化、脳卒中、心筋梗塞、慢性腎臓病などのリスクになります。また肥満である方は通常の方に比べて高血圧になる確率が 1.5 倍にもなります。

食事や運動で生活習慣をととのえ、高血圧を予防していきましょう。

食事対策

現在日本人は 1 日平均 11 ~ 12g 塩分を摂取しているといわれています。塩分の目標値は 1 日男性 8.0g、女性 7.0g ですが、心疾患、高血圧等がある方は、塩分を 1 日 6g 以下にすると血圧を下げる効果があるといわれています。

対策 1 汁物や麺類、漬物など 塩分が多い食品の摂取を控える

味噌汁は中身だけ食べて汁を残したり、麺類の汁を残すと約 50% 塩分をカットできます。漬物は少量でも塩分が多いため、食べる分だけ切って食卓に並べるようにしたり、浅漬けは漬ける時間を短くするようにしましょう。

対策 2 かけ醤油に注意する

醤油やソースはかけるより、小皿等に出してつけて食べることで余分な塩分を控えることができます。また、通常の商品よりも塩分が 1/2 に減らしてある減塩醤油や減塩ソースなどを利用してよいでしょう。

対策 3 酸味を上手に利用する

酸味をプラスすることで、すっぱさがアクセントになり薄味を感じにくくなります。酢やレモンの果汁を使用した酢の物やマリネ、プレーンヨーグルトを使用したヨーグルトサラダなど、料理に酸味をプラスすることで余分な調味料を減らしましょう。

対策 4 香辛料や食品の香りを生かす

わさびや唐辛子、カレー粉、生姜、しそなどを料理に取り入れるとおいしく減塩できます。例えば、わさび醤油で野菜の和え物を作ったり、煮物にしょうがや唐辛子を加えて、味にアクセントを付け、使う調味料を減らしてみましょう。

対策 5 カリウムを積極的に摂る

野菜や海草類に含まれるカリウムには、体内の余分な塩分を排泄する働きがあります。(腎機能が低下している方はカリウムの摂取を控える必要がありますので、医師・管理栄養士に相談しましょう。)

対策 6 食品表示に注意

「塩分控えめ」や「減塩」という表示を目にする機会が増えています。

①「塩分〇〇%カット」「塩分 1/2」「〇〇%減塩」などの表示
通常の醤油や味噌、塩、ソースなどと比較して 100g あたり食塩相当量 0.3g 以上減らした場合に減った割合を表示しています。

(例) 「塩分 50% カット 減塩醤油」などの表示の場合醤油の塩分量は 100g あたり 14.4g、減塩醤油の塩分量は 100g あたり 7.8g で約 50% 塩分をカットしてあります。

②「食塩無添加」「食塩不使用」などの表示

食品加工時に食塩を追加していないということで、素材そのものに含まれている塩分は入っています。

③「無塩」「塩分ゼロ」などの表示

商品 100g あたり 0.01g 未満の場合はゼロと表示できるため、塩分はほとんど含まれていません。

食品表示に惑わされないよう、料理に上手に取り入れていきましょう。また「減塩」だからといって調味料を使いすぎてしまったり、沢山摂りすぎてしまうと塩分を過剰摂取してしまうので、気をつけましょう。

〈血圧の正常値〉

収縮期血圧 120 ~ 129mmHg

拡張期血圧 80 ~ 84mmHg

〈汁物・麺類・漬物の塩分量〉

汁物・麺類	数量(g)	塩分量(g)	漬物	数量(g)	塩分量(g)
味噌汁	1杯(200)	1.5	野沢菜	小皿(30)	0.8
すまし汁	1杯(200)	1.2	たくあん	小皿(30)	1.3
ざるそば	1人前	3.7	梅干し	中1個	1.8
かけうどん	1人前	4.5	ぬか漬け	小皿(30)	1.1
ラーメン	1人前	6.1	浅漬け	小皿(30)	0.6

鯖の照焼きカレー風味



材料 (4人分)

鯖半身・・・2枚
ピーマン・・・4個
サラダ油・・・大さじ1
カレー粉・・・少々
塩・・・少々
小麦粉・・・適量

(A)
カレー粉・・・小さじ2
砂糖・・・大さじ1
酒・・・大さじ2
みりん・・・小さじ2
しょうゆ・・・小さじ2

通常の照焼きよりもカレー粉の風味があるため、塩気を抑えられます。

作り方

- ① 鯖は皮に浅く切り目を入れ、半身を4つに切り分ける。全体に塩少々を振り、カレー粉と小麦粉をはたく。
- ② ピーマンは細切りにする。調味料(A)は混ぜ合わせておく。
- ③ フライパンにサラダ油を大さじ1/2熱し、ピーマンを軽く炒めて器に盛る。
- ④ フライパンをざっと拭いて、サラダ油を大さじ1/2熱し、鯖を皮側からさっと焼き付け、返して身側も焼く。
- ⑤ 調味料(A)を加え、中火で煮からめながら、つやよく焼き上げる。焼き上がったらピーマンの上に盛り付ける。

〈栄養価〉1人分
熱量：241kcal
蛋白質：9.8g
塩分：0.7g

白菜とわかめのゴマ酢和え



材料 (4人分)

白菜・・・400g
わかめ(戻したもの)・・・80g

(A)
白すりゴマ・・・大さじ2
酢・・・小さじ8
砂糖・・・小さじ4

酢を使うことで、酸味がきいて塩分が少なくても気になりません。またすり胡麻の風味も加わりより一層薄味でも美味しく食べられます。

作り方

- ① 白菜は細切りにして、強火にかけた熱湯で、歯ごたえが残る程度にさっと茹でる。
- ② 茹でた白菜は水気を切っておく。わかめはざく切りにする。
- ③ ボウルに調味料(A)を入れてよく混ぜ、白菜とわかめを和える。

〈栄養価〉1人分
熱量：56kcal
蛋白質：2.0g
塩分：0.1g

みなさまからの

ご意見



病院に対するあなたのご意見をお聞かせ下さい

私たちは、昭和42年の病院開設以来、地域の皆様の命と健康を守るべく保健・医療・福祉を提供してまいりました。患者さんをはじめ地域の皆様とともに、さらにより良い医療のあり方を考え実践して参りたいと考えております。貴重なご意見をいただければと考えます。

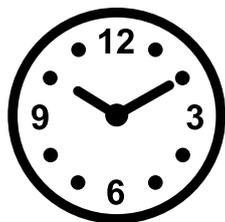
※ご意見は原文のまま掲載しております。



診察に不満はありませんが、診察後の事務処理に時間がかかり過ぎでは。具合の悪い時、診察を待つのは、ある程度仕方のないことですが、後が長いのはきついです。



様々な作業に時間が費やされている現状ではありますが、少しでも時間を短縮できるように、調査し善処できればと考えております。ご意見ありがとうございました。



スタッフの皆さんがとても優しく心配りを患者にあわせて寄り添って下さり、本当にありがとうございました。



多くの方々にこのように思っていただけのように、このお手紙を励みに、日々の業務に従事してまいります。ありがとうございました。



「地域医療を考える会」を開催

当院では、3月24日(土)に、長野市篠ノ井のグリーンパレスで「第25回地域医療を考える会」を開催しました。この会は毎年3月末に開催しており、参加された地域の方々とは病院職員が意見交換をする懇談会を目的としています。

懇談会に先立ち、小池統括院長による病院の概況説明が行われ、その後、宮下俊彦院長らが地域医療連携をわかりやすく解説した寸劇を演じました。わかりにくい「地域医療連携」を参加された皆さんは楽しく理解を深めることができましたのではないのでしょうか。また矢彦沢循環器内科部長による講演「循環器疾患のABC」では、多



くの質問が寄せられ、関心の高さがうかがえました。

その後、懇談会を開催し、病院職員が参加者の皆さんから直接当院への要望や質問などをお聞きしました。参加者の皆さんからは数多くの貴重なご意見を頂戴しました。今回寄せられた多くのご意見を今後の病院運営の参考とさせていただきます。

「第17回医療マネジメント学会 長野県支部学術集会」を開催

当院が主幹病院として、「第17回医療マネジメント学会長野県支部学術集会」を5月12日(土)に長野市アクティールホールで開催しました。この学会は医療の質の向上を求めてクリティカルパスをはじめ医療連携、医療安全等々、医療の現場における各種の課題の研究、提案を行ってきました。今回は「地域医療を支えるための病院機能の強化と多職種連携」をテーマに熱心な発表が数多く行われました。また県内病院から多数の皆様に参加いただき、盛会のうちに終了することができました。

車椅子を寄贈して頂きました

篠ノ井塩崎にお住まいの宮崎様夫妻より車椅子の寄贈を受けました。

当院の広報誌に車椅子寄贈の記事があり、そこに「車椅子は何台あっても足りない」と書いてあったのを読み、ぜひ何かしたいの思いから今回の車椅子寄贈を思い立ったそうです。

小池統括院長より感謝の気持ちを伝えるとともに記念写真を撮影させていただきました。

今回寄贈して頂きました車椅子は病棟で入院患者さんのために大切に使用させていただきます。



寄贈された車椅子と宮崎様

第62回日本消化器病学会 甲信越支部例会を開催

当院の池野診療部長が学会長を務めた第62回日本消化器病学会甲信越支部例会が、松本文化会館で5月26〜27日に開催されました。松本地区の開催ではありませんでしたが、当番病院とすることで、当院の外科医師はじめ病院職員約30名が学会の運営に当たりました。

参加者は、山梨・新潟・長野県内の医師約300名が集まりました。多岐に渡る多数の演題発表と、最先端の教育講演・専門医セミナー等、終始活発な発表と討論が行われました。



開会の挨拶を行う池野大会長と熱気溢れる会場

外来診療担当医表

平成 30 年 7 月 1 日現在
担当医表は予告なく変更されることがあります

- 受付時間：8 時 00 分～ 11 時 30 分
- 2018 年休診日：毎月第 2・3・5 土曜日（9/29 を除く）、日曜日、国民の祝日、8/16、年末年始
- 予約・紹介状がないと受診できない診療科があります。詳しくは各外来にお問い合わせ下さい。
- 救急患者さんにつきましてはこの限りではありません。

診療科		月	火	水	木	金	土
内科		長坂	駒津(内分泌) ㊟	上野(呼)	長坂	高橋(神) ㊟	長坂
		松原/柳沢(呼)	松尾(呼)	—	柳沢(呼)	堀内(呼)	齋藤(血) ㊟
		穴山(腎)	中村(腎)	牧野(腎)	中村(腎)	牧野(腎)	信大
		峯村(内分泌)	横田(内分泌)	峯村(内分泌)	横田(内分泌) ㊟	内分泌特診 ㊟	一瀬(総)
		牛丸(消)	牛丸(消)	三枝(消)	吉田(神) ㊟	三枝(消)	
		児玉(消)	鎌倉(消)	倉石	児玉(消)	鎌倉(消)	
		横田(内分泌) /中牧(血)月1	山口(内分泌) ㊟	—	山口(内分泌)	横山 ㊟ /倉石 ㊟	—
		倉科(膠)	田中(膠)	柴田(内分泌)	安村(膠)	鈴木(膠) ㊟ /山内(内分泌) ㊟	
総合診療科	I	小池	鈴木貞/後藤/菅谷	三木	鈴木慶/山川	牛澤/小池	
	II	山川	穂苅	鈴木慶	鈴木慶/三木	後藤/山川	—
	午後 ㊟	—	山川(漢方外来)	山川(漢方外来)	—	—	
睡眠呼吸センター	㊟	—	—	松尾	—	—	—
禁煙外来	午後 ㊟	長坂/千野	—	—	—	—	—
呼吸器外科		—	青木	—	—	青木	—
循環器内科		橋詰	矢彦沢	丸山	鈴木	神崎	(交代制)
		—	小塚	小塚	小塚	小塚	—
心臓血管外科		—	名倉/酒井	—	—	—	—
外科		宮本	池野	宮本	池野	池野	池野
		北濱	—	五明	宮本	北濱/宮本	—
		秋田	五明	秋田	五明	秋田	五明/秋田
		—	北濱	岡田	—	岡田	岡田
産科		本道	西村	武田	加藤	本道/曾根原	西村
	午後 ㊟	—	—	1か月健診	—	—	—
婦人科		武田	加藤	本道	西村	加藤	曾根原
		曾根原	曾根原	加藤 ㊟	武田	武田	武田
		西村	松岡	松岡	松岡	—	—
		木村 ㊟	本道 ㊟	木村 ㊟	木村 ㊟	木村 ㊟	本道 ㊟
	午後 ㊟	不妊症	不妊症	—	—	不妊症	—
整形外科		北川	外立	丸山	丸山	北川	外立
		丸山	北川	外立	野村	外立	野村
		野村	信大	信大	大島	信大	大島
		—	大島	橋爪	笠間	—	(交代制)
		—	—	野村	—	—	—
スポーツ疾患関節治療センター		—	—	丸山	丸山	—	—
小児科	午前	山川	諸橋	諸橋	諸橋	中村	諸橋
		島	中村	中村	島	山川	齊藤
		齊藤	伊藤	島	齊藤	伊藤	伊藤
	午後 ㊟	予防接種	慢性外来	乳児検診 慢性外来	慢性外来	慢性外来	—
脳神経外科	I	宮下	外間	村田	宮下	外間	村田
	II	平山	(平山) ㊟	—	(村田) ㊟	平山	—
泌尿器科	午前	柁淵	鈴木	和食	柁淵	柁淵/中沢	交代制
		中沢	和食	大学医師	中沢	鈴木	
		和食②/鶴田①	—	—	—	(和食)	
	午後 ㊟	柁淵	鈴木	—	柁淵	柁淵/中沢	—
		—	—	—	中沢	鈴木	—
眼科	午前	永田・上野	永田・上野 ㊟(予)受10:30まで	永田・上野 ㊟(予)受10:30まで	永田・上野 ㊟(予)受10:30まで	永田・上野	—
	午後	永田 ㊟	—	—	—	永田 ㊟	—
皮膚科	午前	木藤	木藤/信大	信大	木藤	木藤	—
	午後	—	—	木藤	—	—	—
形成外科	午前	大坪	—	—	大坪/大学(月1)	大坪	—
	午後	—	大坪	大坪	—	レーザー②	—
耳鼻咽喉科	午前	浅輪	浅輪	交代制	浅輪	浅輪	交代制
		田澤	田澤	—	田澤	田澤	
	午後	—	専門外来	—	—	専門外来	—
リウマチ 膠原病センター	午前	下島	安村	上野	小川	原	—
		田中住③⑤	浦野 ㊟	浦野 ㊟	浦野 ㊟	浦野 ㊟	
		小野	小野	田中知	倉科	小野	
		下島	飯村	上野	小川	鈴木貞	
	午後 ㊟	田中住③⑤	—	浦野(特診)	石井	中村②	
	浦野(特診)	—	—	林	原		
心療内科	㊟ ㊟	大村	もの忘れ外来 ㊟	もの忘れ外来	大村	—	専門外来
口腔外科	午前	柴田	柴田	柴田	柴田	柴田	柴田
		横井	横井	横井	横井	横井	横井
	午後	—	大学	—	—	—	—

㊟初診時に医療機関からの診療情報提供書(紹介状)が必要です ㊟予約制 ㊟新患患者 ㊟午前 ㊟午後 ○数字 週

当院では、初診時に他の医療機関からの紹介状(診療情報提供書)をお持ちでない患者様から**保険外療養費 3,000 円(税込み)**を頂いております。初診の際はできるだけ「紹介状」をお持ち下さい。