

日鋼記念メディカル情報

11・12月号

No.442 2024



病院のお仕事を体験

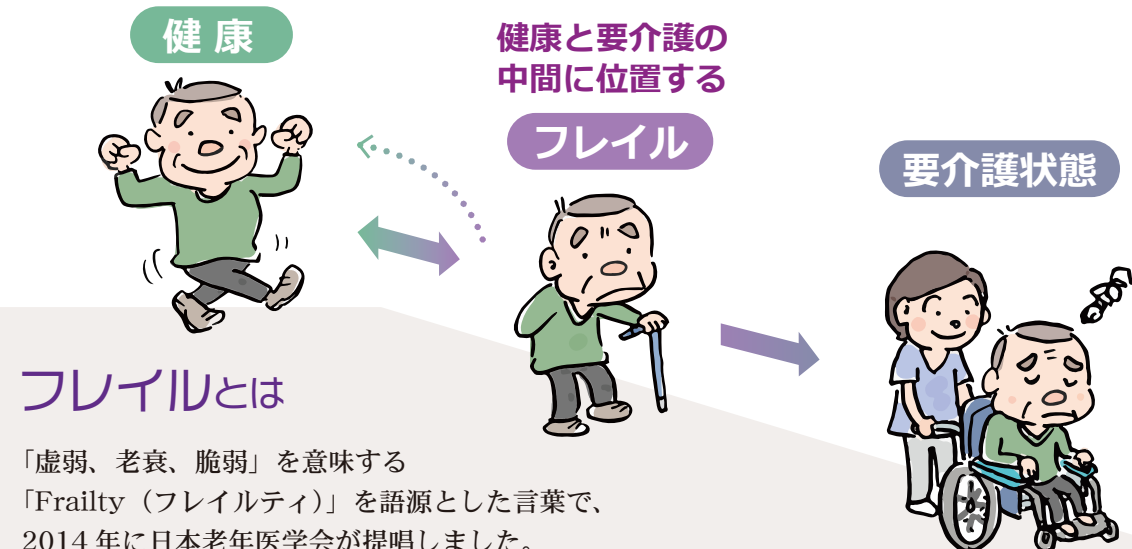
登別明日中等教育学校2年生のみなさんが職場体験に来ました！
看護部ではNICUを見学しました

フレイル

トピックス：フレイルを予防して春を元気に迎えよう / フレイル・セルフチェック / フレイル予防運動
母恋インフォメーション / ニッコウパディア～マイナ保険証
地域連携室～むろらん神経内科クリニック / にしいぶり探検隊～二代目十八番
医療・健康情報 / 外来診療表

トピックス フレイルを予防して 春を元気に迎えよう

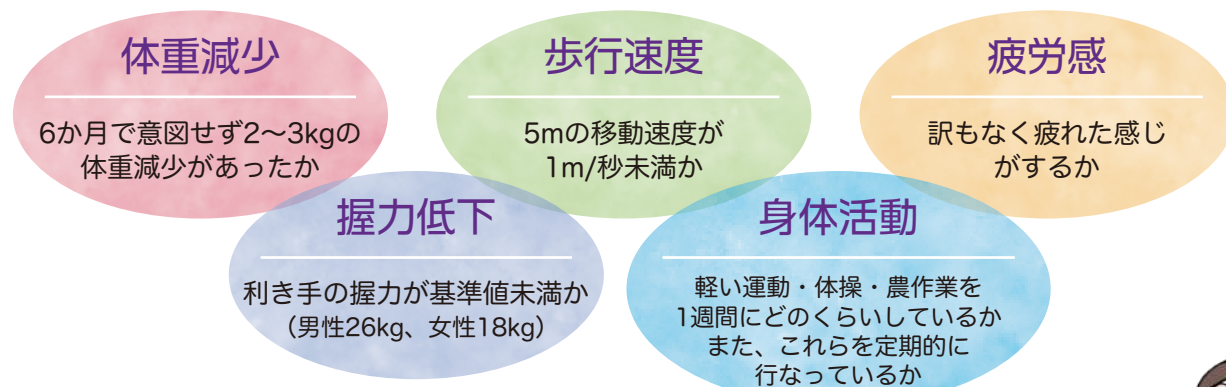
雪が降り、路面が凍ると運動しにくくなる北海道の冬。お家で過ごすことが増えると、春になった時に「あれ、少し動きにくいな?」「気力がなくなっていろいろなものに興味が湧かないな?」という経験をお持ちの方も多いはず。その状態を放置すると、要介護になってしまうかもしれません。



フレイルとは

「虚弱、老衰、脆弱」を意味する「Frailty (フレイルティ)」を語源とした言葉で、2014年に日本老年医学会が提唱しました。フレイルは、年齢とともに心身の活力が低下し、要介護状態となるリスクが高くなった状態のことを指します。フレイルと健康な状態は可逆性があり、運動したり、意識して予防に努めたりすることでフレイルから健康な状態へ改善することができ一方、一度要介護の状態へ進行してしまうと、フレイルや健康な状態へ戻ることがなかなか難しくなってしまいます。

フレイルかどうか判断するための5つの基準



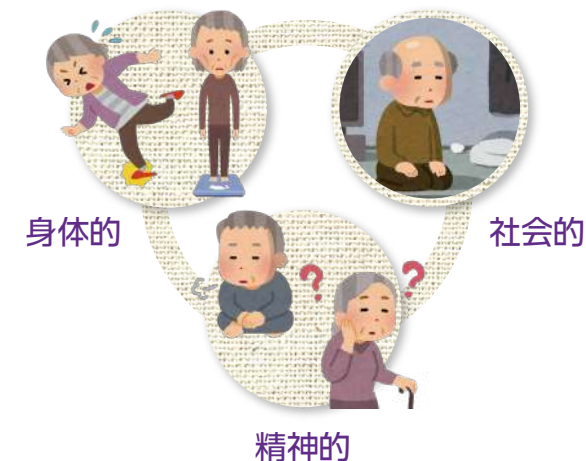
4ページの「フレイル・セルフチェック」で、今の自分の状態を確認してみましょう



社会的なつながりを持つことがフレイル予防のカギ

フレイルには大きく分けて「身体的フレイル」「社会的フレイル」「精神的フレイル」の3つがあり、それぞれが密接に関係しています。特に、社会とのつながりが失われ、孤立することがフレイルの入り口といわれています。

社会的なつながりを失うことは、行動範囲が狭まることや身体的にも精神的な孤立を引き起こすだけでなく、自分自身のケアがおろそかになるきっかけにもなります。結果として QOL (生活の質) が低下し、さまざまなフレイルの入り口となるのです。



POINT フレイルドミノを食い止めるよう



社会的つながりを失うと、まるでドミノが倒れていくように、さまざまなフレイルが現れてきます。社会的なつながりを失うきっかけは人それぞれ。そして、どこでドミノを食い止めてフレイルの進行を止められるかも、人それぞれ。自身の生活に目を向け気付くことが、フレイル予防の第一歩です。

フレイルを予防するには?

「食べて、動いて、人とつながる」ことを意識してみましょう

栄養・口腔 食事・口腔機能の改善

- 毎日しっかり食事をして栄養を摂ることが大切
- 筋肉を増やすためのたんぱく質「肉・魚・卵・大豆製品」を摂りましょう
- 骨を強くする「牛乳や乳製品」を摂りましょう
- 歯やお口の状態により食事しにくければ歯医者さんで治療を受けましょう

身体活動 軽い運動から始める

- 身体活動は筋肉増強だけでなく食欲や精神状態にも影響
- 軽い運動でも継続が大切です

5ページにおすすめの運動を紹介しています

社会参加 趣味・ボランティア・お仕事など

- 外出頻度は「1日1回以上」
- 友人・知人との交流は「週1回以上」
- 社会活動への参加は「月1回以上」



趣味がない!という方は、室蘭市市民活動センターを利用してみましょう。さまざまなサークルやボランティア団体が登録されています。



室蘭市市民活動センター

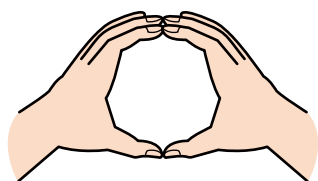
室蘭市中島町2-22-1
FKホールディングス
生涯学習センター「きらん」2F

フレイル・セルフチェック

家族や友人とやってみよう！

指輪っかテスト

自分の指を使う簡易型のチェック方法で、ふくらはぎの筋肉の量を調べてみましょう。



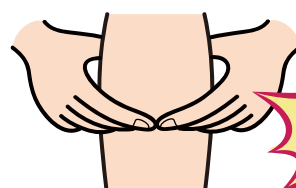
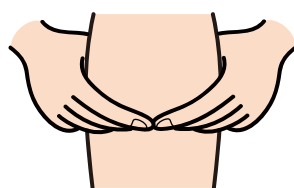
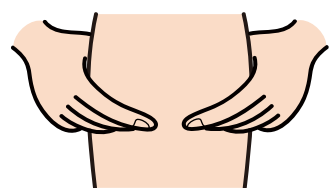
両手の親指と人差し指を使って円を作り、利き足ではない足のふくらはぎの一番太いところを指で囲みます。指で囲んだ時に、ふくらはぎを囲めるかどうかを確認します。

※ 利き足は、ボールを蹴る時に使う足

囲めない

ちょうど囲める

すき間ができる



転倒・骨折の
リスクが高い

多い

筋肉量

少ない

イレブンチェック

フレイルの状態になる可能性を調べるテストです。11の項目をチェックしてみましょう。

カテゴリ	チェック項目	回答	
栄養・口腔	1 ほぼ同じ年齢の同性の方と比べて、健康に気を付けた食事を心がけている	はい	いいえ
	2 野菜料理と主菜（肉または魚）を両方とも、毎日2回以上食べている	はい	いいえ
	3 「さきいか」「たくあん」程度の硬さの食品を普通に噛み切れる	はい	いいえ
	4 お茶や汁物でむせることがある	いいえ	はい
身体活動	5 1日30分以上の汗をかく運動を週2回以上、1年以上実施している	はい	いいえ
	6 日常生活において歩行または同程度の身体活動を1日1時間以上実施している	はい	いいえ
	7 ほぼ同じ年齢の同性の方と比べて歩く速度が速いと思う	はい	いいえ
社会参加	8 昨年と比べて外出機会が減っている	いいえ	はい
	9 1日1回以上は誰かと一緒に食事をしている	はい	いいえ
	10 自分が活気にあふれていると思う	はい	いいえ
	11 何よりもまず、物忘れが気になる	いいえ	はい

✓ 質問4、8、11は「はい」と「いいえ」が反対になっているので注意してください
 ✓ 右にチェックが多くつくほど要注意です！
 チェックがついたカテゴリに気をつけて過ごしましょう

フレイル予防運動

自宅で手軽にやってみよう！

フレイルの予防の一つとして効果的なのが「運動」です。特に、フレイル状態にあるかを判断する5つの基準(2ページ)のうち、筋力(握力)の低下と歩行速度の低下に対して、運動が効果を発揮します。

- ① 抵抗運動(筋トレ) …… 筋力アップや移動能力の改善
- ② バランス運動 …… バランス能力の改善、転倒予防
- ③ 有酸素運動 …… 体が運動に耐えられる限界ラインの向上
- ④ 歩行・体操 …… 移動する力がアップ

このほか、①～④を組み合わせたり、食事内容を見直すことでも筋力アップが見込めます。

はじめとおわりはストレッチ



ゆっくりじっくり
アキレス腱を
伸ばしましょう

大きく足を広げ、腰を前に出すように
動くと太ももの前が伸びます

目安 足の左右を入れ替えて
15秒キープ×2回

運動してみよう

《椅子に座りながらできる筋トレ》



膝を曲げたまま、
足を上げる

3～5秒かけて片方の足を
伸ばし(上げ)、同じ時間を
かけて足を下ろす

※前傾姿勢になったり、背中が丸まったり、後ろに反ったりしない
よう注意

《その他の運動》

● スクワット



家具などにつかまり、
可能な限り腰を落とす

※膝に痛みがあったら無理をしない

● ウォーキング

平坦な道を選び、
週～月単位で時間
や歩数を少しずつ
増やすことを意識
しましょう

※足腰の痛みや動機・息切れしやす
ければ杖をついたり無理をしない

目安 いずれも10～20回を1セットとする
※慣れたらセット数や回数を増やす

運動習慣を少しずつ身に付けましょう



フレイル予防運動のポイント

- ① 習慣付けるためにも毎日行なうことをおすすめしますが、回数が少なかったり、間隔が空いてもいいので、まずはやってみましょう
- ② ストレッチ→運動→ストレッチの順番で行なうと効果的な上、ケガ防止にもつながります
- ③ どの筋肉を使って運動しているのか意識するとより効果的です



新着
医師

10月より4名の医師が着任しました

《内 科》 袴田悠暉（はかまだ ゆうき）医師

初めての市中病院勤務になります。
至らない所も多いと思いますがよろしくお願いします。

《消化器内科》 岩崎俊斗（いわさき しゅんと）医師

胆振地方の医療に貢献するため日々努力したいと考えております。

《消化器内科》 近藤弘太郎（こんどう こうたろう）医師

地域の医療に貢献できるよう精進いたします。

《産婦人科》 小原幹隆（おばら みきたか）医師

患者さんにご満足いただけるよう、痛みの少ない治療と
ていねいな説明を心がけています。

おし
らせ

書を寄贈いただきました

室蘭市在住の書道家 新井山蘭牛先生から、健康や医療への想いを込めた書を寄贈いただきました。2階 理学療法室横の壁（吹き抜け前）に掲示していますので、ぜひご覧ください。

新井山蘭牛 先生のご紹介



1940年、札幌市生まれ。1959年に長谷川遅牛先生に師事し、1979年に現代の書「書求社」を結成。
現在はさまざまな書道展の審査会員を務めるほか、室蘭と札幌で書道教室を開催している。

受賞歴

1985年	北海道書道展大賞
1986年	創玄展準大賞
1987年	室蘭市文化連盟芸術賞
1997年	毎日書道展会員賞、室蘭市芸術文化賞
2023年	室蘭市芸術文化功労賞

おし
らせ

2024年度下半期ギャラリーのご案内 … 登別記念病院

登別記念病院 院内ギャラリーが更新され、登別美術協会の会員3名による水彩画展示「三人展」を開催しています。10月15日(火)にはお披露目会が開催され、絵画制作のいきさつなどを職員らが詳しく伺っていました。



作者の皆さまからの
メッセージ

風景画や生活の一部、孫の成長など、患者さんたちの気持ちが明るくなったり癒されるようなものを選びました。楽しんでご覧いただけますと幸いです。

おし
らせ

日本医療機能評価機構より認定を受けました

日鋼記念病院は1997年に全国第1号として認定を受けています。そして2023年12月の訪問審査を経て、このたび6度目の認定証（3rdG：Ver.3.0）の交付を受けました。これからも法人の使命である「医療人として組織として社会に貢献する」をモットーとして、地域によりよい医療を提供してまいります。

病院機能評価とは 患者さんの命と向き合う病院には、その医療の質を担保するために備えているべき機能があります。国民の健康と福祉の向上に貢献することを目的とする公益財団法人として1995年に設立された日本医療機能評価機構は、病院が備えているべき機能について、中立・公平な専門調査者チームによる「病院機能評価」審査を行ない、一定の水準を満たした病院を「認定病院」としています。評価を行う項目は「患者さんの視点に立って良質な医療を提供するために必要な組織体制」や、「実際に医療を提供するプロセス」、「病院全体の管理・運営体制」など、約90項目があります。信頼できる医療を確保することを目的に、専門調査者が病院の機能を評価することで、その病院の課題を明らかにして医療の質改善を支援するものです。



開催
報告

令和6年度 地域医療連携学術講演会を行ないました

9月27日(金)、日本緩和医療学会緩和医療専門医・指導医で、現在は東京都立大学大学院 都市環境科学研究科 建築学域 博士後期課程に在学中の小田浩之先生に、「～ACPからグリーフまで～『生きる』を支える緩和ケア」というタイトルでご講演いただきました。当日は、地域の医療従事者・当院職員合わせて76名が参加。ご専門である緩和ケアのお話に始まり、事前に治療方針を決めるアドバンス・ケア・プランニング（ACP）や愛する人との離別を意味するグリーフへのケアの重要性についてお話をいただきました。



開催
報告

宣誓式を行ないました … 日鋼記念看護学校

10月11日(金)、日鋼記念看護学校にて、今年の4月に入学した1年生32名の宣誓式が行なわれました。1年生たちはキャンドルの灯を携えて壇上に整列し、ナイチンゲール誓詞を暗唱するなど、コロナ禍前の形式での式典を執り行ないました。厳かな雰囲気の中で医療従事者としての責任を自覚し、看護師として成長していくことを決意しました。なお、1年生は10月29日(火)より当院で臨地実習を行なっています。制服を着た看護学生を見かけましたら、何卒よろしくお願いします。



開催
報告

令和6年度 北海道緩和ケア研修会を行ないました

10月19日(土)、地域でがん治療に携わる医療従事者を対象に、北海道緩和ケア研修会が行なわれました。今年度は当院や地域の医療機関から、医師や看護師、管理栄養士などが参加。緩和ケアのなりたち、考え方などの講義のほか、ロールプレイやワークショップを通じて、身体的な苦痛だけでなく精神心理的な苦痛に対する心のケアを含めた緩和ケアに関する技能の習得に向けて、知識を深めていました。



お知らせ

2024年度 インフルエンザワクチン接種のご案内

いずれもワクチンがなくなり次第終了となります。価格は全て税込です。



成人向け（高校生以上）

詳細はこちら▶



実施期間 ● 一般 2024年10月7日(月)～
公費助成 2024年10月7日(月)～2025年1月31日(金)

料 金 ● 一般 5,126円
公費助成 1,500円

接種対象者 ● 当院に通院中の方
受診時、正面玄関受付にて『インフルエンザワクチン接種受付』を行ない、
診療科へお越しください。

持参するもの ● 診察券・健康保険証・その他必要書類（公費助成での接種の方のみ）

小児向け（中学生以下）

詳細はこちら▶



実施期間 ● 2024年10月8日(火)～

接種場所 ● 3階 健診センター

接種日時 ● 毎週火・水曜日 14:00～14:30（予約制）

料 金 ● ① 皮下注射インフルエンザワクチン2回接種 … 1回目 4,548円 / 2回目 1,980円
② 皮下注射インフルエンザワクチン1回接種 … 5,126円
③ 経鼻弱毒生インフルエンザワクチン（2024年度より開始）… 9,113円

接種対象者 ● 当院小児科に通院中の中学生以下の方

持参するもの ● 診察券・健康保険証・母子健康手帳

経鼻弱毒
生ワクチン
とは

弱毒化したウイルスを点鼻薬のように鼻の中へ吹き付ける生ワクチンです。
痛みがなく接種は1回でよく、予防効果が期待できます。

〈下記にあてはまる場合は皮下注射を推奨します〉

- ① 喘息をお持ちの方
- ② 周りに授乳中の方や免疫不全の方がいる場合（飛沫や接触によりウイルスの伝播の可能性があるため）
- ③ 生後6ヶ月～2歳未満、免疫不全の方、無脾症の方、ミトコンドリア脳筋症の方、ゼラチンアレルギーをお持ちの方、中枢神経系解剖学的バリアー破綻がある方

インフルエンザワクチン接種のご予約・問い合わせ ● TEL 0143-24-1331

成人向け（高校生以上） 平日 9:00～16:30

小児向け（中学生以下） 平日 月～水曜日 15:30～16:30

お知らせ

臨床検査パネル展2024に当院職員が参加します

診療や健診を支えている臨床検査技師のお仕事を紹介するイベントが開催されます。私たちが普段見えない場所で行なわれている検査の仕事を、パネルを通じて覗いてみませんか？ クイズラリーなども実施しますので、お気軽にご参加ください。

日時 ● 12月7日(土) 10:00～16:00

会場 ● FKホールディングス 生涯学習センターきらん 多目的室1

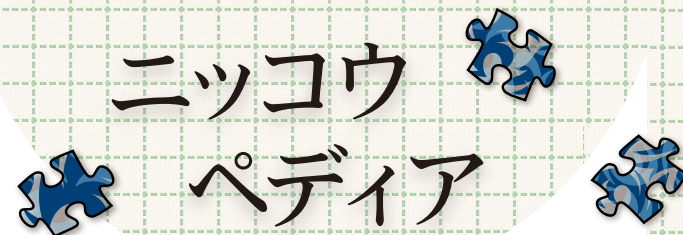
企画 ● ポスター展示、リーフレット配布、実際の検査で使用する道具の展示、ミニクイズラリーなど（景品あり）



詳細はこちら▶



マイナ保険証



2024年12月2日をもって健康保険証の新規発行が終了し、マイナンバーカードによる健康保険証、いわゆる「マイナ保険証」の利用に移行します。ただし、マイナンバーカードをお持ちでない方や、マイナ保険証の登録を行っていない方は「資格確認書」が交付されます。

マイナ保険証のメリット

① 医療機関・薬局との情報共有で、よりよい医療が受けられる

処方されたお薬や特定健診の情報を、病院や薬局などでスムーズに共有することができます。

② 高額療養費制度の立て替え払いが不要になる

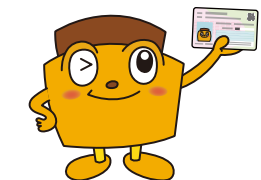
1日から月末までにかかった医療費の自己負担額が高額になった場合、一定の金額（自己負担限度額）を超えた分が、あとで払い戻される制度「高額療養費制度」。「限度額適用認定証」の交付が間に合わない場合は費用を一時的に立て替える必要がありましたが、マイナ保険証を利用することで不要になります。

③ 確定申告の医療費控除が簡単にできるようになる

所得控除の一つである「医療費控除」が、マイナポータルから簡単に申請できるようになります。さらに確定申告の時に求められた、領収書の管理保管が不要です。 ※ マイナポータルとe-Taxの連携が必要です



マイナンバーカード
によるマイナ保険証



日鋼記念病院でのマイナ保険証利用



受付前に設置されている
マイナ保険証読み取り専用機

受付にマイナ保険証読み取り専用機がありますのでご利用ください



マイナ保険証を利用して受付された方は、ピンクのカードと診察券をひとまとめにして外来にお持ちください

以下の方は担当職員が対応します

- 当院でマイナ保険証を初めて使う方
- 公費受給者証などをお持ちの方
- 利用方法が分からない方

POINT

お手元にある健康保険証は、ただちに利用不可となるわけではなく、移行期間として有効期限内で最長1年間※の使用が可能です。

※ 2025年12月1日以前に保険証の期限を迎える方や、転職・転居などで保険者の異動がある場合などはその期間までとなります。



解説してほしい医療トピックスを募集しています
気になっている医療用語や疾患についての情報をお寄せください



医療法人 社団 **むろらん神経内科クリニック** ● 神経内科 内科

● クリニックのことを教えてください

2016年4月に、神経内科と内科を標榜するクリニックとして開業しました。認知症や物忘れ、頭痛、めまい、しびれ、手足のふるえ、歩きにくい、話にくいなどの症状があればご相談ください。また、地域のかかりつけ医として、高血圧・糖尿病・高脂血症などのいわゆる生活習慣病、風邪や腹痛なども診察しています。

● 「神経内科」では、具体的にどのような診療を行ないますか？

「神経内科（現：脳神経内科）」という診療科は精神科や心療内科と混同されることがあるのですが、脳・神経の疾患を内科的知識と技術で診療する診療科です。認知症をはじめとした脳疾患、パーキンソン病といった神経難病の診療も、神経内科で行ないます。神経内科は、問診と、全身をくまなく診察する神経診察が主になります。そのためには患者さんやご家族の方からの聞き取りが大変重要です。「どこにかかったらよいかわからない」という方が最終的に当診療科を受診して診断がつく場合も多いため、まずは一度ご相談いただければと思います。

● 先生のことをもっと知りたいです！

私の1日の疲れを癒してくれるのは、3匹の愛猫です。ミーちゃんとマメは大学病院勤務時代から飼っており、モモは室蘭で保護した猫です。モモはマメが大好きで、どこに行くにもついて回るのがとてもかわいいですね。そして、我が家は猫バレしているのか、時々野良猫たちもやってきます…。自由気ままな猫たちは、見ていただけでも癒されます。



大塚千久美 理事長

室蘭市出身。北海道大学薬学部卒業、岩手医科大学医学部卒業、同大学大学院修了（医学博士）。日本神経学会認定神経内科専門医・指導医、日本内科学会認定医。岩手医科大学神経内科学講座（現：内科学講座脳神経内科・老年科分野）の助手（現：助教）、講師を経て、現職。

モモ
メス 3歳
保護猫



ミーちゃん
オス 14歳
アメリカン
ショートヘア



マメ
オス 10歳
ロシアン
ブルー



診療情報

所在地 室蘭市中島町1-28-18 メディカル中島Ⅲ 2F TEL 0143-41-5533

休診

日曜日
祝祭日
第1・3・5
土曜日

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00 - 12:00						第2・4
14:00 - 18:00						

二代目十八番 ● ラーメン

● お店のことを教えてください

店名にある通り、「二代目十八番」は先代から引き継いだ味を守りつつ、二代目ならではの新鮮さを取り入れたラーメン作りを目指しています。2018年に現在の店舗で再開し、元々は夜営業のみでしたが、コロナ禍をきっかけに昼営業も始め、餃子やチャーシューを活用したテイクアウトにも力を入れています。

● お店のおすすめは何ですか？

おすすめは、店舗再開1周年を機に誕生した「濃厚鶏白湯」シリーズです。スープは塩から始まり、現在は醤油、味噌、辛味噌、海老の5種類をご用意しており、多くのお客様にご好評いただいています。また、色々な期間限定メニューも登場するので、ぜひお試しください。さらに、先代から受け継がれた名物「ジャンボ餃子」も自慢の一品です。手作りのもちもちとした皮に、たっぷりの野菜を詰め込んでおり、ファンも多い人気メニューです。ぜひ一度ご賞味ください。

● 当院の思い出があれば教えてください

実家の近くにある日鋼記念病院は、じいちゃんばあちゃんの代から家族でお世話になっています。訪れるたびに、どこか懐かしく温かい気持ちになり、心から安心できます。地域に根ざした存在で、これからも頼れる大切な病院です。



鶏白湯しお 900円
写真はチャーシュー増し
+300円



ジャンボ餃子 550円
(単品・5個)

ラーメンに+300円で
餃子セット(3個)に
できます



10月からの期間限定メニュー
汁なし担々麺 900円

店舗情報

所在地 室蘭市中島町1丁目15-13 TEL 0143-45-1120

営業

11:30~14:00 / 18:00~20:00

定休

不定休

※詳しくは、SNSの営業日カレンダーをご覧ください

支払

現金、クレジットカード、各種キャッシュレス決済

駐車

1台

Instagram



医療・健康情報



がんサロン ほっとほーむ

参加料
無料
対面
予約不要

対象者 北海道内にお住まいの方（ご家族も可）

開催日時 12月4日(水) 13:30~15:00
途中、休憩を挟みます

Zoom締切 12月3日(火) 17:00

1月8日(水) 13:30~15:00
途中、休憩を挟みます

Zoom締切 1月7日(火) 17:00

開催場所 当院1F 地域医療研修センター、他

お問合せ がん相談支援センター
TEL 0143-22-2225 (担当:志摩)

対面とWEBで
実施しています！



にっこう 健康ゼミナール

参加料
無料
予約
不要

第8回
テーマ これってウソ？ ホント？
糖尿病のうわさ解決

開催日時 11月25日(月) 14:00~15:20

開催場所 FKホールディングス 生涯学習センターきらん2F 研修室

講師 糖尿病看護特定認定看護師 清水小百合
理学療法士 森 章博
管理栄養士 鹿間美郷

問合・申込 地域連携室 (平日 8:30~17:00)
TEL 0143-25-2555



糖尿病教室

合併症予防は適切な血糖コントロールから。
気になる症状、生活上の注意などを専門職がお話しします。

開催日時 第2・第4火曜日 14:00~

問合・申込 糖尿病センター TEL 0143-24-1331
(平日 14:00~16:30)

参加料
無料

11月26日 ▶ 糖尿病網膜症の重症化 今!から予防しよう 視能訓練士

12月10日 ▶ みなさん、アプリを活用してみませんか？ 糖尿病看護
特定認定看護師

12月24日 ▶ 糖尿病があるとなぜ？ 傷が悪化しやすい？ 糖尿病重症化予防
研修修了者

1月14日 ▶ 日常生活の中にある運動の基本 理学療法士



ラジオ健康プラザ

84.2
MHz

放送時間 毎週月曜日 8:05頃 放送
再放送の場合もあります

好評配信中! SNS

✕ エックス (旧ツイッター)

YouTube

Instagram



11月
現在

日鋼記念病院 外来診療表



予約に関するお問合せ

0120-257-933

当日 月～金 8:30～10:30

翌日以降 月～金 14:00～16:00



最新情報はこちら

日鋼記念メディカル情報 11・12月号

No.442

令和6年11月15日発行（隔月発行）
発行責任者…山田康弘 ● 編集…メディカル情報編集委員会
発行…社会医療法人母恋 日鋼記念病院 ● 室蘭市新富町1丁目5番13号
ホームページ <https://www.nikko-kinen.or.jp>

診療科	受付時間	月	火	水	木	金
内科・総合内科	初診	8:30～11:00	担当医	担当医	担当医	担当医
	再診		袴田	荒木	袴田 荒木/袴田 (要確認)	荒木
リウマチ科	午前／予約制	—	—	出張医	出張医	—
消化器内科	初診	8:30～11:00	岩崎	近藤	岩崎	吉田仁
	再診		横山(予約) 岩崎	近藤	横山(予約) 岩崎	吉田仁
循環器内科	8:30～11:00	出張医	出張医 出張医	出張医 出張医	出張医	佐藤真 出張医
	午後／予約制	—	—	出張医	—	—
呼吸器内科	8:30～11:00	—	—	—	出張医	出張医
緩和ケア科	午後／予約制	吉田真	—	吉田真	吉田真	—
糖尿病・代謝内科	8:30～11:00	高嶋	高嶋 北大出張医	日比野 高嶋 昭和大出張医	日比野 横山	高嶋 横山
	午後／予約制	—	北大出張医	荒木 昭和大出張医	日比野 横山	—
外科・消化器外科	8:30～11:00	益子	大橋	高田(再診/第2・4) 高橋秀	蔵谷	益子
	午後／予約制	蔵谷(乳腺)	—	—	—	—
整形外科	8:30～11:00	柏	谷代 柏	谷代 出張医(第2・5)	出張医	柏 出張医(第2)
	午後／予約制	—	—	出張医(上肢/月1)	出張医(膝/月1) 出張医 (脊椎・骨粗鬆症/月1)	出張医(股関節/月1) 出張医(膝/月1)
形成外科	8:30～11:00	—	坂本	坂本	坂本	—
脳神経外科	午後	—	出張医(第2)	—	出張医(第4)	—
小児外科	午後	—	—	—	—	出張医(第2)
歯科口腔外科	午前／予約制	榊原 水野・加藤	榊原 水野・加藤	榊原 水野・加藤	水野/加藤 (要確認)	水野/加藤 (不定期)
	午後／予約制	水野・加藤	水野/加藤 (要確認)	—	水野/加藤 (要確認)	水野/加藤 (不定期)
※手術等により医師が不在になる場合があります、あらかじめご了承ください						
小児歯科	午前・午後／予約制	—	—	—	出張医	—
小児科	8:30～11:30	早坂	稲川	稲川	早坂	早坂
	13:30～15:30	出張医	出張医	出張医	出張医	出張医
	午後／予約制	—	—	藤重	—	—
	午後／予約制	—	—	—	新生児フォロー	—
※心臓外来、神経外来、内分泌外来、血液外来、腎臓外来、遺伝相談外来、アレルギー外来、慢性外来の 詳細は小児科にお問い合わせください						
産科	午前／予約制	今	小原	小原	今	小原
婦人科	午前／予約制	今 出張医	小原 出張医	小原 今	小原 今	小原 今
眼科	再診 8:30～11:00	佐藤健 齋藤哲	—	佐藤健 竹田	—	佐藤健 竹田
耳鼻咽喉科	8:30～11:00	大崎(予約)	中村 泉谷	—	中村 泉谷	大崎 中村
	午後／予約制	—	大崎	—	大崎(特殊外来)	泉谷
泌尿器科	午前／予約制	—	榎並 (要確認)	—	榎並/出張医 (要確認)	榎並 (要確認)
皮膚科	再診 8:30～11:00	出張医	—	—	出張医	出張医
リハビリテーション科	午前／予約制	—	高橋邦	—	—	高橋邦
麻酔科・ペインクリニック科	午前／予約制	鎌田	—	—	—	—
放射線科	午前・午後／予約制	富田	—	—	富田	—
看護外来	9:00～11:30／予約制	緩和ケア	アドバンス助産師	新生児集中ケア 緩和ケア	認知症看護	皮膚・排泄ケア
	13:00～16:00／予約制	集中ケア	アドバンス助産師	在宅看護	認知症看護	緩和ケア(月1)
	9:00～11:30 13:00～16:00	糖尿病看護（特定行為） 糖尿病重症化予防（フットケア）				

※ 混雑時、一般受付の患者さんは当日の受診ができない場合があります。その際は、後日の予約対応をいたしますので、ご了承ください。

