

# あいことば

Vol. 139

2022.AUG

♡ ささえあい

♡ かせねあい♡



Healthy Room

Dr topics (腎臓内科 有馬隆弘 医師)

部署紹介(リハビリテーションセンター)

救急救命士について  
(大隅肝属地区消防組合救急救命士就業前病院実習)

ナーシングホームひだまり

【健康だより】

## 寝苦しい夏の夜、どう過ごしていますか？

血液浄化センター通信

第28回日本心臓リハビリテーション  
学会学術集会

FMラジオ出演スケジュール/  
乳がん検診のお知らせ

8月 外来診療表

告知



『FMかのや 77.2MHz』と『池田病院』のタイアップ!

番組

♪ おおすみおはようラジオ! ♪

『健康な身体づくり～日常生活での心がけ～』のコーナー (毎月 最終火曜日 9:05～9:20)

放送日時 令和4年8月30日(火)

出演 看護部長 堂地由紀子

今月のテーマ 熱中症対策に努めよう



池田病院



腎臓内科

## 有馬 隆弘 医師

本年4月より池田病院で勤務しております、有馬隆弘と申します。腎臓内科・透析内科の医師として、外来・入院の慢性腎不全患者さんや透析患者さんの診療にあたっております。これまでは急性期病院での勤務が多く、当院のような維持透析病院で1年を通じて常に同じ患者さんとお付き合いしていくことは、ほとんど経験がありませんでした。また、当院は透析患者さんが数多くいらっしゃるのので、同じく4月から赴任してこられた中村先生と一緒に、日々悪戦苦闘しながら勤務しております。また、透析患者さんには合併する疾患が多くみられるため、各診療科の専門の先生をはじめとして薬剤師、看護師、臨床工学技士、リハビリ療法士および管理栄養士の方々に頼る機

会がとても多く、また、いつもご協力いただいております。大変有難く思っております。

私は鹿児島県出身ですが、大学入学時から10年ほどは県外にでており、2年前に鹿児島県に戻ってまいりました。鹿屋で生活するのは初めてですが、思ったより灰が降らないことや5月頃まで肌寒く感じたことなど、転居前に想像していた気候とは異なっており驚いております。これから鹿屋の畜産や果物などの食材や大自然を満喫して過ごしたいと思います。

コロナ感染症で大変な世の中ですが、これからも大隅地区の慢性腎不全・透析の患者さんのお役に立てるよう頑張りたいと思います。ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

## リハビリテーションセンター

リハビリテーションセンターには理学療法士26名、作業療法士23名、言語聴覚士6名、受付・助手3名が所属しています。今回の部署紹介では、近年発展してきている「医療機器を使用したリハビリテーション」を紹介させていただきます。当院のリハビリテーションセンターにも様々な医療機器を導入しており、患者様の状態に合わせて使用することで、より効果的なリハビリテーションを提供しています。

～歩行～

### Honda 歩行アシスト

Honda 歩行アシストは「倒立振子モデル」に基づく効率的な歩行をサポートする歩行訓練機器です。歩行時の股関節の動きを検知し、制御コンピューターがモーターを駆動して足の誘導を行います。どのような疾患でも歩ける方であれば適応となっています。ロボットリハビリテーションを導入することで、リハビリテーションの質と共に患者様のモチベーションの向上に努めています。



～筋力～

### 筋電気刺激 B-SES(ビーセス)

B-SES (ビーセス) は、電極を腰や脚にベルト式に巻くことで太ももやふくらはぎ、お尻の筋肉など下半身全体の筋肉の収縮が得られ、筋肉量の増加を可能とした新しい治療法です。病気や怪我で思うように動けない方に対して、早期から下肢の廃用を予防することができます。呼吸や血圧がまだ安定しない方、ICU等の集中治療期の方など、これまで出来なかったリハビリテーションを可能にする最新の治療機器です。



～痛み～

### 超音波診断装置：SONON(ソノン)

筋肉、脂肪体などの軟部組織の動きと状態によっては痛みが生じます。超音波診断装置は軟部組織の動きと状態を確認することができるため痛みをより詳しく評価できます。SONON は小型の超音波診断装置のため病室など場所を問わずに使用する事ができます。SONON によって軟部組織の動きを確認して、状態に合わせた運動療法が行える為、痛みの軽減を促すことが期待できます。



～運転～

### 簡易自動車運転シミュレーター：SiDS(シーデイス)

交通事故や疾病により、高次脳機能障害を発症した運転免許保有者の運転再開可否の診断を支援するための検査機器です。職場復帰や生活の質の向上を促すうえで自動車運転再開を望む者は多く、自動車運転を再開するには医療機関評価に加え、構内や公道の実車運転を含む路上評価が必要です。当院では SiDS での評価後に鹿屋自動車学校と連携し、運転再開の評価と支援を行っています。



～食べる～

### ジェントルスティム

脳卒中等の病気を発症すると飲み込みの障害(嚥下障害)を発症する事があります。ジェントルスティムは喉に周波数の異なる2つの電気刺激を組み合わせて干渉電流を発生させます。それにより、深部の神経を刺激して、喉の感覚を働きやすくすることで飲み込む際の反射運動を起しやすくなるねらいがあります。ジェントルスティムによってこれまで以上に口から食べるリハビリテーションをサポートする事が期待できます。



# 救急救命士について

## 池田病院 救急救命士からごあいさつ

皆さんこんにちは、池田病院救急救命士の新屋秀斗です。当院では、今年度より2名の救急救命士が勤務しています。

2021年10月より救急救命士法が改正され、救急救命士は「病院内でも医療行為が出来る」ようになり、活躍の場が広がっています。現時点では当院の救急救命士業務はまだ確立されていませんが、これから段階的に内容を整備するよう計画的に取り組んでいます。「院内救命士」として魅力ある、モデルケースとなるような職場を築いていけるよう頑張る覚悟です。



救急救命士  
森 崇秀

救急救命士  
新屋 秀斗

## 特色・業務内容



当院における現在の救急救命士業務は、救急救命士が実施可能な医療行為に加えて問診や救急対応、ホットライン対応、転院搬送およびDr.カー業務などが挙げられます。救急救命士が病院に入職し、すぐに院内で医療行為を行うために整備しなければならない条件を満たし、8月からは救急救命士業務としての医療行為を開始する予定です。今後、DMAT等による災害業務や訓練および救急関連学会での発表等にも力を入れていきたいと考えています。

安全・安心な医療を提供すること、そして当院に来院される患者様を全力でサポートすることを第一に考えて取り組みますので、どうぞよろしくお願いいたします！！

## 大隅肝属地区消防組合救急救命士就業前病院実習

今回、大隅肝属地区消防組合中央消防署の浦田有弥果さんが、救急救命士の就業前実習として4週間にわたって当院スタッフと一緒に勤務されました。最初は分からないことだらけで不安そうでしたが、すぐに当院の業務にも慣れていただき、とても頼りになる存在でした。救急対応の実践では、主に静脈路確保を実践して頂きました。数をこなしていく度にすぐに技術を習得するので、これからの大隅地区の医療を支える同志として頼もしい存在でした。浦田さん、短い間でしたがありがとうございました。



～就業前実習を終えて～

6月6日から7月1日までの4週間、池田病院のスタッフの方々に大変お世話になりましたこと、心から感謝申し上げます。この4週間、看護師の方々の患者様に対する接遇の重要性を学ばせていただき、今後、自分自身の救急活動時に活かしていきたいと思いました。貴重な経験をさせていただき、本当にありがとうございました。

大隅肝属地区消防組合 浦田 有弥果





# 介護老人保健施設 ナーシングホームひだまり



ひだまりでは毎月、ご利用者に楽しく過ごしていただけるよう、感染対策を行いながら様々な催しを行っています。



## 運動会

今年は3年ぶりとなる運動会を開催し、感染防止対策を講じてフロアごとに規模を縮小して行いました。ご利用者も笑顔で意欲的に参加されていました。日々のリハビリの成果を発揮され、リハビリへの意識向上へも繋がられた運動会になりました。



## 父の日

父の日には、各フロアの男性ご利用者ごとに、お祝いとしてプレゼントを贈らせていただきました。皆さんとても素敵な笑顔を見せてくださり、記念写真を撮影しました。



ひだまり 介護福祉士 川畑江梨 上園沙弥子

## ひだまり通所リハビリ曜日別平均利用人数

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
58名	58名	63名	53名	60名	59名

※どの曜日も受け入れ可能です。新規にご利用を希望される方は下記連絡先まで直接ご連絡いただきますようお願い致します。  
 ※お問い合わせ先 通所リハビリ 繁昌(支援相談員)  
 ●介護老人保健施設とは、介護が必要な方の家庭復帰・在宅支援をめざし、生活サービスを行います。  
 利用対象者:介護保険の被保険者が対象となります。要支援1・2/要介護1~5の方(入所サービスは要支援を除きます)。  
 手続き方法は、当施設か担当ケアマネージャーにご連絡ください。見学をご希望の方はいつでも2階の受付またはお電話にてお申し付け下さい。

## ひだまり訪問リハビリ

住み慣れた在宅での生活が安心・安全にその人らしく継続できるように支援して参ります。  
 こんなことが楽にできるようになりたい、こんな生活がしたいなどの希望があれば下記連絡先までご連絡ください。  
 \*お問い合わせ先 訪問リハビリ 林(作業療法士)



ホームページアドレス★<http://ikeda-hp.com>  
 ★ホームページからのお見舞メールもぜひご利用下さい。

介護老人保健施設  
 ナーシングホーム ひだまり  
 ショートステイ/通所リハビリ/訪問リハビリ  
 代表(0994)41-1200 / 通所(0994)41-1725

# 寝苦しい夏の夜、 どう過ごしていますか？

暑さのために体力を消耗する夏は、睡眠によって細胞を修復し、疲れをとることが大切になってきます。一方で、ヒートアイランド現象などで夜になっても気温の下がらない熱帯夜が増え、夏の夜はますます寝苦しくなるばかりです。



快適な寝室の温度は 24~28℃、湿度は 50~60%

寝苦しさを我慢して無理に寝ようとすると、ぐっすり眠れないだけでなく、睡眠中に脱水状態を引き起こして、熱中症にかかってしまう恐れがあります。

寝苦しい夜には、エアコンを使用したり、エアコンが苦手な方は扇風機をつけたりと寝室の環境を整えましょう。



部屋の作りや人の感じ方によっては、上記の温度を寒く感じたり、暑く感じたりするかもしれません。その時には、無理にその温度設定にする必要はありません。

壁や天井に溜まった熱を冷ましておかなければ、タイマーでエアコンが切れた後にお部屋の温度があっという間に上がってしまい、深夜から明け方の睡眠を阻害する原因になってしまいます。



眠りはじめの 3 時間を大切にする

タイマー機能を利用されるときには、就寝の 3 時間以上後にエアコンが切れるように設定しましょう。それは、眠り始めてから最初の 3 時間が睡眠の上でとても重要で、そのためにも体の深部体温を最初で効果的に下げる必要があるからです。

エアコンと扇風機を併用して空気を循環させることも効果的です。その場合は、風が直接体に当たらないように注意して下さい。



ぬるめのお風呂にゆっくりつかる

寝つきを良くするには、就寝 2~3 時間前までの入浴がおすすめです。入浴で一時的に体温を上げることが大切なので、シャワーだけで済ませず、湯船につかる事がポイントです。

肩までしっかりつかる全身浴なら約 38~40℃のお湯(ぬるめ)で 10~30 分、その時々の体調に合わせた入浴法で無理なく体温を上げることが良質な睡眠につながります。



### 軽いストレッチをする

寝る前のストレッチは、心身の緊張をほぐし、寝つきが良くなるうれしい効果があります。筋肉を緩めることで血流が良くなるといった身体的な効果に加え、リラックスを促す副交感神経を優位にすることで自然な眠気につながります。がんばるストレッチは逆効果です。ゆっくりのんびり、自分の気持ちのいい所を探しながらストレッチを行ってみましょう。



### 7時間程度の睡眠を目標にする

睡眠時間と病気や肥満との関係を調べた様々な調査の結果、理想の睡眠時間は7時間。なお、1日トータルで7時間となればいいようなので、夜間の睡眠時間が短い人は30分以内の昼寝などで補うと良いでしょう。



### 寝る3時間前までに食事は済ませておく

食事について、朝食は簡単なものでよいので、脳のエネルギー源として糖분을補給することが望ましいでしょう。エネルギー不足で日中の活動が低下すれば、夜の睡眠に影響しかねません。就寝時間に近い時間の夕食や夜食は、消化活動が睡眠を妨げるのでできるだけ控えましょう。体内時計を整えるためにも規則正しい食事が望まれます。



### 寝る1時間前にはパソコンやスマホの操作をしない

スマートフォンやパソコンの画面が発する青い光（ブルーライト）は脳を興奮状態にします。また、気がかりなメールが安眠を妨げることもあるかもしれません。寝る1時間前にはそれらの操作を止めるようにしましょう。



こんにちは、保健師です。  
寝苦しい夜が続くと、体力だけでなく、気力もなくなっていきような気がしませんか？  
毎日を元気に過ごすためにも、栄養のあるものを食べ、適度な運動、十分な睡眠が必要です。  
日々暑い日が続きますが、元気に乗り切っていきましょう。  
ケアサポートセンター：  
徳田、小牧





# Healthy Room



暑い日が続いていますが、いかがお過ごしでしょうか。

ところで皆さん、8月31日は何の日かご存じですか？ 正解は…「野菜の日」です！

全国青果物商業協同組合連合会など9団体が、「もっと野菜のことを知ってほしい」「野菜の魅力を広く伝えたい」という想いで「8（や）3（さ）1（い）」の語呂あわせから制定した記念日です。

## 今が旬♪夏野菜についてお伝えします♪



オクラのネバネバは食物繊維ペクチンなどの成分で、粘りで胃を保護しながらペクチンが糖分の消化・吸収の速度をゆるやかにする働きがあります。



ナスの大半は水分ですが、皮にはポリフェノール成分のナスニンが含まれ、老化やがんなどの一因となる活性酸素を取り除いてくれる働きがあります。皮ごとの摂取がオススメです。



ピーマンはビタミンCの吸収を助ける、ビタミンPを含みます。ピーマンのビタミンCは加熱しても損失しにくいので、においが気になるなら加熱調理がオススメです。



トマトは強い抗酸化作用がある色素成分リコピンのほか、β-カロテンやカリウム、ビタミンCが豊富です。カリウムは水に溶け出しやすく、ビタミンCは熱に弱いので油でさっと炒めましょう。溶け出した水分と一緒に食べるのもオススメです。



キュウリは95%が水分でできており、体を冷やす作用があります。また、カリウムも多く含むのでナトリウムの排泄を助けてくれます。



## レシピ紹介

### ～夏野菜のトマト煮～

#### 栄養価(1人分)

エネルギー 273kcal たんぱく質 20.3g  
脂質 14.1g 炭水化物 20.0g 食塩 1.2g

#### 材料 (2人分)

- ・鶏もも肉 1枚
- ・人参 1/2本
- ・玉葱 1/2玉
- ・ナス 1本
- ・ピーマン 1個
- ・しめじ 1/2株
- ・トマト 3個
- ・油 適量
- ・水 250cc
- ・コンソメ(顆粒) 小さじ1・1/2

#### 作り方

- ① 人参・ピーマンは乱切り、玉葱はくし切り、ナスは半月切り、しめじは石づきを落とす、トマトは角切り。鶏もも肉は1口大に切る。
- ② 鍋に油をしき、鶏もも肉をいれる。表面の色が変わったら鍋から皿にとり出しておく。
- ③ ②の鍋でピーマン、トマト以外の野菜を炒める。
- ④ ③に水、コンソメを加え、煮立ったら弱めの中火で10～15分煮る。
- ⑤ ④にトマト、ピーマン、②を加え、鶏もも肉に火が通るまで煮込む。

管理栄養士 河野 智恵美



血液浄化センターより、透析治療に関する様々な情報をお届け致します。

# 夏本番



## ～カリウムに注意しましょう～

カリウムは、なぜ控えないといけないの？

健康な人の場合、カリウムは尿中に排泄されます。腎臓の働きが悪いとカリウムを排泄することが出来ず、血液中のカリウム値が高くなります。

カリウム値が高くなると心臓障害を起こす恐れがあります。そのためカリウムを摂りすぎないように注意が必要です。

フルーツ・ガイド（カリウム含有量順）

可食部100g中含量

バナナ 360mg	メロン 340mg	キウイ 290mg	ざくろ 250mg	パパイヤ・さくらんぼ 210mg
夏みかん・伊予かん 190mg	桃 180mg	島・マンゴーイチジク 170mg	びわ 160mg	パイナップル・スベリ 150mg
オレンジ・グレープフルーツ・梨 140mg	レモン・みかん・ぶどう 130mg	スイカ 120mg	りんご 110mg	ブルーベリー 10mg

### ～豆知識～

市販されている経口補水液はカリウムを非常に多く含んでいる為注意しましょう！



OS-1(500ml)  
カリウム量  
**390mg**



ポカリスエット  
(500ml)カリウム量  
**100mg**



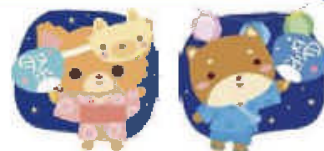
アクエリアス(500ml)  
カリウム量  
**40mg**

カリウムが  
上がる原因

- ・カリウムを多く含む食べものの摂りすぎ
- ・栄養不足、透析不足
- ・消化管の出血



1. 水によくさらす。
2. ゆでこぼす。
3. 生の果物は避け、缶詰にする（シロップは捨てる）。
4. ドライフルーツは濃縮されてカリウムを多く含むので、食べないようにする。
5. 嗜好飲料にもカリウムを多く含むものがあるので注意する。



**1日のカリウム摂取量は2000mg以下におさえましょう。**



## 第28回 日本心臓リハビリテーション 学会学術集会



6月11日～12日に、沖縄県において「第28回日本心臓リハビリテーション学会学術集会」が開催されました。一昨年より世界中を巻き込んでいる新型コロナウイルス感染症の影響もありながら、現地参加1000名、参加登録5500名の大規模な学術集会となりました。

今回の学術集会は「共創(ゆいまーる)する心臓リハビリテーション～すべての場所で、だれ一人取り残さない」がテーマであり、昨今よく耳にする「持続可能な開発目標：Sustainable

Development Goals, SDGs」の言葉が用いられています。コロナ禍で医療崩壊の危機にさらされ、通常医療が大きく制限を受けても、すべての循環器患者(利用者)に対して「だれ一人取り残されること」がないように、わたしたち訪問リハビリテーションの実施とシステムの構築に努めていきます。



今回は、仲村隆弘理学療法士が「内部障害を主疾患とする利用者への訪問リハビリテーションの現状と課題～長期継続加算の可能性は?～」という演題で口述発表をいたしました。再発・再入院の多い内部障害疾患(心臓・呼吸・腎臓など)の訪問リハビリテーションは、「どのような目標でいつまで続けるのか」と日々悩んでいる現状と課題についての発表となりました。鹿屋市を中心とする大隅半島の皆様に貢献できるように、今後も研鑽に努めてまいります。



ひだまり 理学療法士 仲村隆弘

FMかのや  
「まますみまはようラジオ！」

## 健康な身体づくり ～日常生活での心がけ～

日付(予定)	テーマ
令和4年8月	熱中症対策に努めよう
令和4年9月	快適な睡眠を目指そう
令和4年10月	新型コロナウイルスの感染予防について
令和4年11月	インフルエンザ流行に備えよう
令和4年12月	感染性胃腸炎を予防しよう
令和5年1月	血圧の管理方法
令和5年2月	飲酒について正しく理解しよう
令和5年3月	プラス思考で健康になろう

**放送日** 毎月 最終火曜日 9:05～9:20

※祝日の際は放送日を変更の可能性あり

### 令和4年度の

# 乳がん検診

●乳がん検診

視触診



マンモグラフィ



超音波検査



乳がんは女性のがんの中で一番多いものです。最新の統計では、日本人女性の9人に1人は、一生のうちで乳がんを発症するといった報告も出ています。

ただ、乳がんは早期発見で適切な治療を受ければ、9割以上が治る病気です。効果の高いお薬や抗がん剤がたくさん開発されており、乳がん手術の技術も年々進歩していますから、他のがんに比べて有効な治療が多いと言えます。

自分やまわりの方のためにも、定期的な検診をオススメします！！

ご予約・ご相談は、  
健診・乳がん検診・ドック専用 (0994) 40-8782 までご連絡下さい。

診療科目	月	火	水	木	金	土
総合内科	近藤 陽香	今中 大	宮内 涼	福徳 聡	嶋田 淳之介	白濱 浩司
腎臓内科			池田 徹	池田 徹	古城 卓真	池田 徹 (6日・20日)
透析内科	古城 卓真 中村 英仁	有馬 隆弘 中村 英仁	古城 卓真 有馬 隆弘	古城 卓真 有馬 隆弘	古城 卓真 有馬 隆弘	有馬 隆弘 中村 英仁 野崎 (20日)
腎炎専門外来		古城 卓真				
血液内科	中嶋 秀人詞	中嶋 秀人詞	吉満 誠	小代 彩	福徳 聡	中嶋 秀人詞
脳神経内科	堂園 美香			岩田 真一		池田 賢一 (20日)
消化器内科	堀之内 史郎 山筋 章博	堀之内 史郎 嶋田 淳之介	堀之内 史郎	堀之内 史郎 山筋 章博	堀之内 史郎	山筋 章博 (20日) 嶋田 淳之介 (13日・27日)
消化器専門外来	樋之口 真		熊谷 公太郎		佐々木 文郷	
肝臓内科	今中 大 井戸 章雄 (8日・22日)	今中 大	平峯 靖也	今中 大	今中 大	今中 大 (20日・27日) 柴藤 俊彦 (27日) 森内 昭博 (20日)
消化器内科 内視鏡	嶋田 淳之介	山筋 章博	山筋 章博 (3日・17日・31日) 嶋田 淳之介 (10日・24日)	嶋田 淳之介	山筋 章博	山筋 章博 (13日・27日) 嶋田 淳之介 (6日・20日)
呼吸器内科	寒川 卓哉	上野 史朗 武田 亜矢 (2日・16日・30日)	寒川 卓哉		上野 史朗	
呼吸器外科						
糖尿病内科			大保 崇彦	上久保 定一郎 (18日)	西牟田 浩	
循環器内科	東福 勝徳 神園 悠介	池田 大輔 東福 勝徳	東福 勝徳 重明 央	池田 大輔 神園 悠介	池田 大輔 神園 悠介	池田 大輔 田上和 幸 (13日)
循環器内科 (不整脈外来)						
脳神経外科 脳・血管内科		富士川 浩祥	富士川 浩祥			
リハビリテーション科						川津 学 (13日)
整形外科	福島 好一	川井田 秀文 榑 博則 (9日・23日)	瀬戸口 啓夫 (10日・24日・31日)	福島 好一	岩下 稜 (5日・19日)	担当医
放射線科(画像診断)	宮川 勝也	宮川 勝也		宮川 勝也	宮川 勝也	宮川 勝也
心臓血管外科	船迫 和	上野 隆幸		船迫 和	上野 隆幸	船迫 和
乳腺外科	白濱 浩司	白濱 浩司	船迫 和	田中 誠	船迫 和	船迫 和
救急科	田中 誠	田中 誠	久木田 一朗 田中 誠	久木田 一朗 富士川 浩祥	田中 誠	富士川 浩祥
歯科	奥家 信宏 刈田 亜沙子	奥家 信宏	奥家 信宏 刈田 亜沙子		奥家 信宏 刈田 亜沙子	奥家 信宏
血液内科		中嶋 秀人詞	吉満 誠	小代 彩	福徳 聡	
消化器内科	山筋 章博	嶋田 淳之介		山筋 章博		
消化器専門外来	樋之口 真		熊谷 公太郎		佐々木 文郷 佐々木 文郷 山筋 章博 嶋田 淳之介	
消化器内科 内視鏡	山筋 章博 嶋田 淳之介	山筋 章博	熊谷 公太郎 嶋田 淳之介	山筋 章博 嶋田 淳之介		
循環器内科	東福 勝徳		東福 勝徳			
脳神経外科 脳・血管内科	富士川 浩祥					
呼吸器外科		永田 俊行 (9日・23日)				
リハビリテーション科						川津 学 (13日)
整形外科	廣津 匡隆		担当医		海江田 英泰 (12日・26日) 岩下 稜 (5日・19日)	
放射線科(画像診断)	宮川 勝也	宮川 勝也		宮川 勝也	宮川 勝也	
乳腺外科	船迫 和		船迫 和	船迫 和	船迫 和 (5日・19日)	船迫 和
外科				白濱 浩司		
救急科	田中 誠	田中 誠	久木田 一朗 田中 誠	久木田 一朗 富士川 浩祥	田中 誠	白濱 浩司
歯科	奥家 信宏 刈田 亜沙子	奥家 信宏	奥家 信宏 刈田 亜沙子		奥家 信宏 刈田 亜沙子	奥家 信宏

【受付時間】 午前…8:30～11:00 午後…休診(午後診療は予約以外は休診となります) ※急患の場合この限りではありません。  
 ※総合内科以外は必ずご予約の上、ご来院ください。  
 ※かかりつけ医のある方は、必ず紹介状をご持参ください。(紹介状をご持参の場合もご予約が必要となります。)

予約・変更・お問い合わせ

**外来診療予約・変更**  
 TEL:0994-45-5278  
 FAX:0994-45-5259

**放射線科**  
 TEL:0994-45-5163  
 FAX:0994-45-5271

**健康診断・人間ドック**  
 TEL:0994-40-8782  
 乳がん検診も承ります。

**歯科**  
 TEL:0994-43-6468