

きずな

2018年
6月号
vol.376



撮影：白馬岩岳 ぎんりゅうそう 銀竜草の群生

特集

心臓リハビリテーション vol.1～ご案内～

あづみ豆知識

～野菜を食べよう～

新シリーズ

■消化器内科 シリーズ 1 ～ピロリ菌と胃がん～

■精神科 シリーズ 1 ～せん妄～

North Alps Medical Center Azumi Hospital

JA長野厚生連 北アルプス医療センター
あづみ病院

心臓リハビリテーションvol.1～ご案内～

心臓リハビリテーション(心リハ)とは心疾患を抱えた患者さんが快適な社会生活や家庭生活を送るために、冠危険因子(高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満など)を是正することで、心疾患の再発・再増悪を予防することを目的とし、運動療法・食事療法・薬物療法・生活指導・健康相談などを行う「包括的な」プログラムです。

新病棟稼働から約2年、「外来心リハ」は外来棟3階の廊下にある心臓リハビリテーション室で稼働してきました。約200人の患者さんに通院いただき手狭になっていた心リハ室が、今年度から向かいの旧HCUに移転し、面積は従来の3～4倍広くなりました。これまでの運動療法だけでなく、医師の診察や、看護師・栄養士による生活指導・栄養指導を行うための部屋も設けることができました。これにより今まで以上に、患者さんの健康維持のための「包括的な」取り組みが実践出来るようになりました。



また、信州大学大学院で教鞭をとられていた能勢先生がこの4月から月に2回非常勤医師として心リハ室に指導に来ていただくこととなりました。能勢先生はこれまでインターバル速歩の普及に努めてこられ、その効果はTVや雑誌などに取り上げられており、世界的にも注目されています。今までの心リハによる運動療法の効果に加えて、インターバル速歩のノウハウを取り入れながら、患者さんの心疾患の発症予防及び再発予防、ADL(日常生活活動)・QOL(生活の質)の改善、健康維持に寄与していけたらと考えています。

リハビリテーション科 理学療法士 ^{ながとみ} 永富 ^{たけひろ} 丈博



信州大学大学院
総合医理工学研究科 特任教授
の せ ひろし
能勢 博 先生

ウォーキングの常識を変えたと言われる「インターバル速歩」の提唱者。
数々の著書を出版しています。

出身大学 京都市立医科大学医学部医学科 卒業

専門分野 運動生理学、環境生理学、スポーツ医科学

趣味 登山 長野県の常念診療所長などを歴任し1981年には中国・天山山脈の未踏峰・ボゴダオーラ峰(5445m)に医師として同行、自らも登頂した。

外来心臓リハビリテーション室のご案内

日時 毎週月曜日～金曜日 ① 9:00～12:00 ② 13:00～17:00
第1・3土曜日 9:00～12:00

※運動負荷試験:毎週月・木・金曜日15:00～、15:30～

頻度 1～3回/週程度 1時間/回

外来受診日に合わせるなど、ご自身のペースで通院いただけます

費用 1割負担:約700円/回

参加をご希望の方は

・心臓リハビリテーションの対象
となるか医師の診察が必要となります

・循環器内科富田医師の診察日
(月・金午前)に来院してください

お問い合わせ
連絡先

北アルプス医療センターあづみ病院 循環器内科 ☎0261-62-3166(代表)



消化器内科 シリーズ

第1回

今回から1年間、消化器内科の疾患について紹介させていただきます。

消化器内科部長・内視鏡室長
村木 崇
むらき たかし

ピロリ菌と胃がん

●ほとんどの胃がんはピロリ菌が原因!!

日本人における胃がんの99%は、ピロリ菌(*Helicobacter Pylori*)感染が原因です。つまり、HPV(ヒトパピローマウイルス)による子宮頸がんやB型/C型肝炎ウイルスによる肝がんと同様に胃癌は感染症が原因の癌です。日本におけるピロリ菌感染のない(なかった)胃からの胃がん発がん率は、わずか0.66%と報告されています。

●ピロリ菌って、どんな感染症?

ピロリ菌は胃粘膜に感染して胃炎を起こします。生涯にわたって持続感染することが多く、萎縮性胃炎、胃・十二指腸潰瘍、胃がん、胃リンパ腫、胃過形成性ポリープなど胃・十二指腸に様々な影響を与える他、特発性血小板減少性紫斑病、鉄欠乏性貧血(小児)などとの関連性も指摘されています。

●ピロリ菌除菌をお勧めする理由

～しかもできるだけ若年時に～

・胃がん発がん予防

ピロリ菌感染胃炎に対してピロリ菌除菌を行うと胃がん発がん率は、約半減(0.4→0.6倍)します。ピロリ菌感染の持続に伴い胃粘膜萎縮が進行し、胃がんリスクは胃粘膜萎縮の進行とともに高くなっていきますので、できるだけ若いうちにピロリ菌除菌をした方が胃がんの発がんを抑えることができます。

・次世代の子供たちにピロリ菌をうつさないために

ピロリ菌は親から子供に、口から口で感染していくと考えられています。しかも、ピロリ菌は12歳位までに感染すると持続感染しますが、15歳以上にピロリ菌が胃に入ってきたても持続的に感染することは極めてまれであると考えられています。親子感染を予防するためには、妊娠前にピロリ菌を除菌することが理想です。ピロリ菌の感染がなければほとんどの胃がんが発症しないので、感染予防ができると胃がんは激減します。新たな感染を絶つことが将来的に胃がんをゼロにする上で非常に重要です。

●ピロリ菌感染しているかどうかの検査法

呼吸、血液、便、尿、内視鏡検査でピロリ菌が感染しているかどうか調べることができます。どの検査が良いかは年齢などで正確性が変わってきますので、ご相談下さい。ピロリ菌感染に伴い胃粘膜萎縮によりピロリ菌が自然に消失することがあります。しかし、自然消失してもピロリ菌持続感染者と比較して胃がんリスクはむしろ同等以上に高いとの報告もあり、ピロリ菌検査陰性でも安心はできません。胃カメラ(上部消化管内視鏡検査)で胃粘膜萎縮(ピロリ菌が以前いたのかどうか)や胃がんがないかどうか調べるのが大事です。



ピロリ菌感染している胃(高校生)



早期胃がん



早期胃がん 内視鏡的切除後

●ピロリ菌除菌の方法

胃薬1剤、抗菌剤2剤の3剤を1週間内服します。除菌が成功する可能性は60～90%程です。もし、失敗しても次の方法がありますのでご相談下さい。

●さいごに

ピロリ菌除菌療法も副作用が一定の頻度で起こります。また、ピロリ菌除菌後に胸やけが出現・増悪することがあったり、肥満やコレステロール上昇などきたす可能性も報告されています。ピロリ菌感染者が全員胃がんを発症するわけではありませんし、ピロリ菌除菌後も一定の頻度で胃がんは発症します。ピロリ菌除菌は、利点と欠点を見極めて施行すべきです。胃がんの診断・治療において、最も大事なことは定期的に胃カメラを受けることです。早期胃がんの多くは、1週間弱の入院で内視鏡的に切除でき胃を温存できます。



精神科シリーズ

第1回

今回から1年間、精神科の疾患について紹介させていただきます。

せん妄

今回ご紹介する疾患は「せん妄（せんもう）」です。せん妄とはどのような疾患なのでしょう？あまりなじみのない方も多いと思われますので、次のような例を紹介させていただきます。



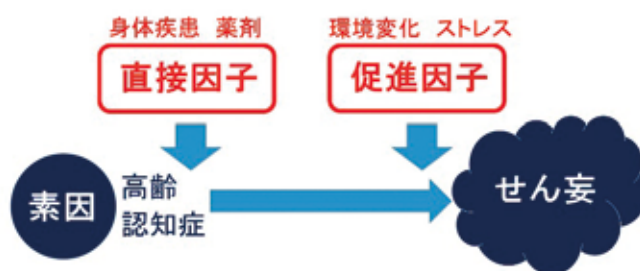
昼



夜

最近物忘れが増えてきたおばあちゃん、熱が出て具合が悪くなり、入院して治療を行うことになりました。昼の時点では普段通りニコニコとやさしい表情で点滴をされながらベッドで休んでいました。入院していることは理解しており、主治医の話にもうんうんと頷きながら聞いていました。ところが夜になり、「ここはどこ？殺される！家に帰りたい！」と叫び、点滴を自分で抜こうとするなどベッド上で暴れ始め、看護師さんが困ってしまう状況となりました。

せん妄の機序



すが、とりわけ高齢で認知症などの素因がある場合に、発熱や疼痛などの身体疾患やベンゾジアゼピン系睡眠薬などの薬剤が直接因子となり、さらに環境変化やストレスが促進因子として働くことでせん妄が誘発されます。直接因子として身体疾患が大きく関係しており、入院患者さんのせん妄の有病率は6〜56%ですが、ICUでは70〜87%と増加し、せん妄の期間が長いほど死亡率が高くなるなどの報告があります。このため、せん妄を認めた場合には身体疾患の精査

この例のよう

に、比較的急激な発症の意識混濁と幻覚や精神運動興奮などの精神症状が出現した状態を「せん妄」といいます。どうしてもこのようなことになってしまったのでしょうか？健康な人でも寝ている人を強引に起こすと似たような症状となることがあります。

せん妄の3つの型



が極めて重要と考えられます。また、せん妄には過活動型、低活動型、混合型の3つに分けることができます。上記の例のような過活動型は周りにすぐに気付かれますが、低活動型は気づかれないことが多いので注意が必要となります。混合型は、過活動型と低活動型の両方が交互に出現するものです。

せん妄の治療は、直接因子の治療が本質的で、身体疾患の治療や薬物調整が行われます。それと平行して、促進因子への非薬物療法的介入を行い、医療者や家族が話しかけ、本人が安心できるような環境を与えたりします。このほかに、症状のコントロールのための向精神薬などの薬物療法を組み合わせて行います。

最後に、上述のようにせん妄には身体疾患が直接因子として関与していることが多いです。自宅で過ごされているときに普段と様子が異なるなどせん妄が疑われる場合には、重大な身体疾患を患っている可能性があるため、夜間でもすぐに医療機関を受診することが望ましいと考えられます。

こころのホスピタル事業部医師

春原 すのほら

隆史 たかふみ

昨年の病院祭で、栄養科では「野菜を食べよう！」というテーマでパネルを展示しました。

野菜は健康的な食生活を送るために欠かせないものであり、一日に350g以上食べることが推奨されています。しかし、実際には不足している人が多いのが現状です。そこで、野菜の大切さやたくさん食べるためのコツを知って健康的な食生活につなげてもらいたいと思い、このテーマでのパネル展示を決めました。

病院祭当日はパネル展示に合わせて、数種類の実物の野菜と計りを用意し、来場者の方々に「野菜350g当てゲーム」に挑戦してもらいました。ゲームには老若男女問わず多くの方が参加して下さいました。挑戦していただいた方からは、「350gってこんなに多いんだ!」、「普段こんなに食べられていないかもしれない」などさまざまな声が聞かれました。

パネル展示、ゲームに多くの方が興味を持って足を止めて下さり、普段の食生活を振り返りながらいろいろなお話をすることができとても良かったです。



病院祭パネルを作成した
栄養科管理栄養士

やまだ ななせ まつお なみ
山田 七彩 松尾 奈美

野菜を食べよう!

みなさん! 普段から野菜を十分に食べていますか?
野菜には健康を維持するために必要な栄養素がたくさん含まれています。

■ 野菜に多く含まれる栄養素とその主な働き

食物繊維

水溶性 ★食べ物の吸収を遅らせ、血糖の上昇を抑制
★体内の不要な物質を排出してくれる

不溶性 ★腸の運動を活発にし、便秘改善に役立つ

◎多く含む野菜…ごぼう、オクラ、ニラ など

ミネラル

カリウム ★余分なナトリウムを排出し
血圧の上昇を抑える

カルシウム ★骨を丈夫にする
★神経の機能や筋の収縮を正常に保つ

◎多く含む野菜…水菜、小松菜、チンゲン菜 など

ビタミン

ビタミンA ★目や皮膚を健康に保つ
★粘膜を丈夫にし、免疫力を高める

◎多く含む野菜…人参、ほうれん草、かぼちゃ など

ビタミンC ★抗酸化作用を持ちがんや生活習慣病の
予防に効果を発揮

◎多く含む野菜…ピーマン、ブロッコリー など

健康的な食生活に欠かせない野菜。
では、一日どれくらい食べればいいのでしょうか?

野菜の目標摂取量

1日 350g

厚生労働省
健康日本21(第二次)

➡

野菜摂取量の現状

約 280g

平成28年
国民健康栄養調査

70gも不足!

**食べ方に工夫して
毎日350gを目指しましょう**

☑ ポイント1: かさを減らしてたくさん食べる

**生野菜
120g**

茹でると

**こんなに
かさが減る!**

☑ ポイント2: 野菜の栄養素を効率よく摂る

緑黄色野菜に多い**ビタミンA**⇒油と相性バツグン!
・炒め物などで油と一緒に摂ると吸収率アップ

葉物野菜に多い**ビタミンC**⇒水に溶けやすく加熱に弱い
・水で洗うときは短時間でさっと洗う
・茹で調理よりも蒸す、炒める

☑ ポイント3: いつもの食事にプラス1品

サラダやお浸しなど簡単なものからプラス1品

お知らせ

2018 年北アルプス医療センターあづみ病院祭 10 月開催予定

「おすすめの一冊」

「青の炎」

著者：貴志 祐介
発行：角川文庫

大切な家族を守るため、主人公は男を殺そうと計画し実行する。しかし、完璧と思われた犯罪には、成績優秀と呼ばれた彼も気づかない、思わぬ落とし穴があった。

この本は中学校の図書室にあり、私が初めて読み切った本です。当時本などあまり読んだこともなく、作者も内容も全く分からないこの本を、ジャケ買いならぬジャケ借りしました。今、本が好きではないというかたも、思わぬ出会いがあるかもしれません。図書館でジャケ借り、おススメします。

図書部 みやじまのぶひこ 宮島信彦(総務人事課)



「宝の箱」



よりよい病院になるために、患者さんからいただいたご意見の一部を紹介いたします。

ご意見・ご要望	お返事
＜病棟へ＞ 看護師さんがケアの後、認知症の夫に対して「ありがとうございました。」という言葉聞いたとき、その優しさに涙が出そうになりました。暴言を吐いてもどんなときにも優しくしてもらい感謝しています。退院したら二人で頑張っていきます。ありがとうございました。	感謝の言葉をいただきありがとうございます。スタッフ一同とても励みになる嬉しい「声」でした。これからも、患者さんやご家族が安心して入院生活が送れるよう、スタッフ一同努めて参ります。 (病棟責任者)
＜精神科病棟へ＞ あくまで希望ですが、森林浴ができる空間や喫茶など、癒しの空間が欲しいです。	ご意見ありがとうございました。ご希望の施設をすぐに整備することは困難ですが、今後癒しの空間と感じていただけるような環境作りに努めて参ります。 (病棟責任者)
＜病棟・リハスタッフへ＞ 肩の手術・リハビリのために入院しました。初めての入院であり不安でしたが、スタッフの皆さんのサポートにより退院できます。診察時のチェックは甘くはなかったですが、親身に患者の事を考えての事だと感じました。自主トレ時の温かい声掛けも励みになりました。これからも患者思いの病院であり続けてください。応援しています。	手術後の経過も良く退院となり、スタッフ一同大変うれしく思います。リハビリや自主トレはとても大変だったと思います。十分なサポート・ケアができませんでした。嬉しい「声」をいただき感謝いたします。今後も患者さんの立場になり、回復に向けたお手伝い・ケアができるよう努力したいと思います。 (病棟責任者)

ご意見箱は、1F正面玄関(ファミリーマート横)公衆電話ボックス内及び各階ラウンジに設置しております。

豆乳で作るシンプルなパン。型を使わず、難しい成型なしで作れます。焼きたてを気軽にラザニアやお食事に、あるいはジャムなど挟んでおやつにもぴったりです。

ちぎり豆乳パン

材料(8個分)

豆乳(無調整)..... 180cc 砂糖..... 20g 塩..... 5g
強力粉..... 250g パター..... 20g イースト..... 3g

作り方

- ①ボールに強力粉、砂糖、塩、イーストを入れ均等に混ぜる。豆乳を入れてひとまとまりになるように混ぜる。
- ②しっかりと混ぜてまとまったら、テーブルの上でこねる。表面がなめらかになったら、柔らかくしたバターを加えてさらにこねる。
- ③バターがなじんで表面がつるんとしてきたら、叩きつけるように丸めて、油を軽く塗ったボールに入れラップをする。
- ④暖かい場所に置き、2倍になるまで約60分一次発酵させる。
- ⑤2倍になったら打ち粉をしたテーブルの上に出し8等分にする。ガス抜きをして軽く丸め濡れ布巾をかぶせて約10分放置する。
- ⑥もう一度ガス抜きをして丸め直す。オーブンの鉄板の上にぎゅうぎゅうに並べ、暖かい場所で約45分二次発酵させる。
- ⑦膨らんだらオーブンを180℃で余熱をする。
- ⑧180℃に余熱が出来たら鉄板に並べた生地をオーブンに入れ10分焼く。粗熱がとれたら完成。



栄養素量 (1個分)

エネルギー 156Kcal
たんぱく質 4.5g
塩分 0.65g

●調理師 いちかわ 市川 けいた 圭太

北アルプス医療センター あづみ病院 休診日のお知らせ (赤字の日が全科休診日です)

2018 6月 June

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24	25	26	27	28	29	30

2018 7月 July

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				



北アルプス医療センター あづみ病院理念

質の高い医療と社会への貢献をとおし、地域の皆さまから信頼される病院を築きます。

〈基本方針〉

- ① 医の倫理を守り患者さんの権利を尊重し、平等で親切、安全な医療・福祉サービスを提供します。
- ② 救急医療から在宅医療まで広く、地域の皆さまの安心を支えます。
- ③ 地域の皆さまのこころの健康を支える、やさしい医療につとめます。
- ④ 日々の研鑽に励み、明るい職場環境造りと信頼される医療人の育成につとめます。
- ⑤ 保健予防活動を通じて地域の皆さまの健康増進に貢献します。
- ⑥ 研究・文化活動を積極的に展開し豊かな地域づくりに貢献します。

リフレッシュ方法

看護師 ありかわ ま お 有川 万央

初めは不愛想で口下手な私が様々な人と接する仕事ができるのかと不安でしたが、現在はなんとか自分なりに業務をこなせるようになりました。

私のリフレッシュ方法は寝ることです。私は寝れば日頃の悩みや疲れをほとんど忘れ、再び仕事に向かっています。人の人生の3分の1をしめるといわれる睡眠時間。是非日々大切に良質な睡眠をとりたいと思っています。夜勤明けなどはつい10時間など睡眠をとりすぎますがそれもまた幸せです。

これからも支えてくださった先輩方や同期、家族、患者さん等に感謝の気持ちを持ち仕事に臨みたいと思います。



6・7月糖尿病教室のご案内

専門職種・管理栄養士による各 20 ～ 30 分の講義です。
お気軽にご参加ください。

会場	外来棟 2 階会議室 西
時間	14:00 ～ 15:00
開催日	6 月 14 日 (木) 理学療法士・管理栄養士 26 日 (火) 薬剤師・管理栄養士 7 月 12 日 (木) 歯科医師・管理栄養士 24 日 (火) 看護師・管理栄養士

予約不要
参加無料

求人情報

☎ 0261-62-3166

薬剤師・看護師・保健師・看護補助者募集中!!

勤務地 北アルプス医療センターあづみ病院

資格条件・応募方法など詳しくはホームページをご覧ください。

院外研修は出張扱い! スキルアップをサポート!!

有給取得率 H29 年度 70% 以上!!

(H29 年度厚労省発表有給取得全国平均 52.5%、医療福祉 49.4%)

インターンシップ体験してみませんか?

- ご都合に合わせて随時開催。
 - 希望部署であなただけのプログラムを作ります。
- 詳しくはホームページをご覧ください。

看護師ガイダンスに出展します

ホームページにて随時更新しています。

- 7月28日(土) 福岡市 FFB ホール
- 8月10日(金) 松本市 ブエナビスタ



編集
後記

6月に入り梅雨の季節となりました。梅雨の期間は雨の日が多くジメジメしてなかなか気分が乗らない方もいると思いますが、そんな天気にも負けることなく、夏に向けて元気いっぱいがんばっていきましょう。また、季節の変わり目は体調不良を起こしやすいと聞きますので、皆さん体調管理にはくれぐれもお気をつけてお過ごしください。(S.I)

受付時間：平日 7:30 ～ 11:30 ※診療科により受付時間が
土曜 7:30 ～ 11:00 異なります。
お問合せ：0261-62-3166 ※青字は、信大医師又は
非常勤医師が診察します。

担当医表

予告なく変更されることがありますので、ご了承ください。

平成 30 年 6 月 1 日現在

診療科目		曜日	月	火	水	木	金	土
内科	内科新患		岡田光代 信 大	東方壮男 村木 崇	馬渡栄一郎 木全博己	川上裕隆 芹澤由樹子	東方壮男 岡田光代	川上裕隆 馬渡栄一郎
	内科再診 (予約制)		川上裕隆 東方壮男 林田研介	川上裕隆 東方壮男 岡田光代 林田研介	川上裕隆 東方壮男 岡田光代 林田研介	林田研介	川上裕隆 林田研介 木全博己(13:30～)	岡田光代 林田研介
	循環器内科		富田 威 東方壮男	桑原宏一郎	東方壮男	田畑裕章	富田 威 馬渡栄一郎	
	消化器内科			村木 崇	木全博己	村木 崇		
	呼吸器内科		岡田光代	岡田光代	花岡正幸(10:00～)(予約制) 岡田光代		松原美佳子(第1・3・5のみ) 池川香代子(第2・4のみ)	藤本圭作(第1のみ)
	神経内科		林田研介 田中利佳(第1・3・5のみ) 坂口典子(第2・4のみ)		林田研介		林田研介	林田研介
	腎臓内科			芹澤由樹子(予約制)	芹澤由樹子(予約制)	芹澤由樹子 上條祐司(予約制)		
	リウマチ・膠原病 (予約制)				牛山 哲			岸田 大(第1のみ) 上野賢一(第3のみ)
総合内科			林田研介		林田研介			
精神科・心療内科	精神科 心療内科 (予約制)		村田志保 鬼頭 恒 中村伸治 岡田知徳 古屋昌宏 雨宮光太郎 小笠原紘輔 岡田文美子	中村伸治(第1・3・5のみ) 岡田知徳 古屋昌宏 小椋京子 雨宮光太郎 小笠原紘輔 春原隆史 岡田文美子	村田志保 鬼頭 恒(午前) 中村伸治 岡田知徳 小笠原紘輔(第1・3・午前)	村田志保(午前) 鬼頭 恒 中村伸治 樋端佑樹(第1のみ) 古田 康(第2・4のみ) 古屋昌宏 雨宮光太郎 春原隆史	村田志保 鬼頭 恒 中村伸治 岡田知徳 古屋昌宏 小笠原紘輔 春原隆史(第2・3・5のみ) 岡田文美子	鬼頭 恒 中村伸治 古屋昌宏 雨宮光太郎 小笠原紘輔 春原隆史
	新患(午前)(予約制)		輪番	輪番	輪番	輪番	輪番	輪番
	認知症診療(予約制)		輪番	輪番	輪番	輪番	輪番	輪番
小児科	午 前		小口弘子 保刈 健(10:30～)	保刈 健	小口弘子	保刈 健 小口弘子(予約制,10:30～)	小口弘子 又は 保刈 健	信 大
	午 後 (予約制)		小口弘子 (慢性疾患)	予防接種・乳児検診		予防接種	保刈 健 (慢性疾患)	
外科	一般外科		唐澤文寿 飯塚 顕	石曽根 聡	唐澤文寿	石曽根 聡 飯塚 顕 久米田茂喜(予約制)	唐澤文寿	石曽根 聡
	専門診療 (予約制)			石曽根 聡(肛門) (13:30～)	信 大(乳腺)		信 大(甲状腺)	
			ストーマ外来(予約制) ※看護専門外来					
	呼吸器外科		花岡孝臣 藏井 誠(13:00～)	手術日 (急患対応は要相談)	藏井 誠 (第1・4・5のみ)	花岡孝臣	手術日 (急患対応は要相談)	花岡孝臣
形成外科 (受付15:00まで)			春日 航(13:00～)					
整形外科	新患 (受付10:30まで)		輪 番	中村恒一(手・肘) 太田浩史(輪番) 狩野修治(輪番)	輪 番 狩野修治(下肢)	向山啓二郎(脊椎) 新津文和	太田浩史(下肢) 信 大	信 大
	再診 (予約制)		輪 番	向山啓二郎 高橋 淳	向山啓二郎 太田浩史 新津文和	中村恒一 磯部文洋	狩野修治	信 大
肩関節治療センター (受付10:30まで)			松葉友幸(初診) 畑 幸彦(予約制) 石垣範雄(予約制)	手術日		手術日	石垣範雄(初診) 松葉友幸(再診) 畑 幸彦(予約制)	
皮膚科			河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子 こども外来(15:00～17:00) 初診(当日)受付16:30まで	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子	河内繁雄 高沢裕子
泌尿器科			平林直樹	平林直樹 西澤 理	平林直樹	平林直樹 西澤 理	平林直樹	平林直樹
			ストーマ外来(予約制) ※看護専門外来					
女性骨盤底医学センター				西澤 理	西澤 理(予約制)	西澤 理	山ノ井万里子	
産婦人科(予約制)			信 大	曽根原衛雄		信 大		
眼科			太田いづみ	今井玲子		太田いづみ・今井玲子 (午後コンタクトレンズ 予約制)	太田いづみ (受付10:00 まで)	今井玲子
耳鼻咽喉科 (受付16:00 まで)				信 大 (14:00～)			信 大 (14:00～)	信 大
放射線科						信 大		
麻酔科(予約制)			小林浩一		小林浩一		小林浩一	
リハビリテーション科 (予約制)			松葉友幸	畑 幸彦	石垣範雄	松葉友幸	石垣範雄	松葉友幸
歯科口腔外科			飯島 響 中野僚子	手術日 (急患対応は要相談)	飯島 響 中野僚子	飯島 響 中野僚子	中島 哲 飯島 響 中野僚子	飯島 響 中野僚子
緩和医療外来 (予約制)				間宮敬子 (第4火曜のみ)				

北アルプス医療センター 白馬診療所

内科 人工透析 リハビリテーション科	下里修一 富田 威(午後)	下里修一	下里修一 整形外科(第2・4のみ) (15:00～)	下里修一	下里修一	下里修一
--------------------------	------------------	------	----------------------------------	------	------	------