

きずな

特集

あづみ豆知識① ～冬も脱水に気をつけましょう!～

あづみ豆知識② ～看護師特定行為研修実習施設に認定されました～

消化器内科シリーズ 8 ～胃食道逆流症(逆流性食道炎)～

精神科シリーズ 8 ～認知症、おそろるに足らず～

教室・求人情報



撮影：八方丸山ケルン周辺からの景色

公式 HP はこちら

あづみ病院



<http://www.azumi-ghp.jp/>



North Alps Medical Center Azumi Hospital

JJA長野厚生連 北アルプス医療センター
あづみ病院

冬も脱水に気をつけましょう！

2019年の年明け、箱根駅伝の2日間はテレビに釘付けという方も多かったことでしょう。出場される選手の方々は、超一流の学生ランナーばかりです。しかしながら、それでも脱水症状に陥ってふらふらになるシーンがごくたまに見られます。さまざまな要因が絡んだ結果ではありますが、過酷な練習に耐えて強靱な肉体を持った選手達でさえ、脱水症状による体内バランスの崩壊が始まってしまつと、なす術もないのです。

脱水症状はさまざまですが、体の不調が現れてくる前に、水分とミネラルを補給することがとても大切で、症状が出てからの補給では遅いのです。特に、体の調節機能の発達が不十分な子供や、調節機能が落ちて始めている高齢者の方々は、脱水症状になりやすいことに注意が必要です。

このパネルを準備していた頃は残暑の折で、熱中症による脱水症状が心配されていました。今の季節は、胃腸炎の嘔吐・下痢による脱水症状が起きやすい時期です。こうした病気の時には、市販の経口補水液などで水分とミネラルを同時に補う必要があるのです。

このパネルが、皆さまの脱水症対策の一助となれば幸いです。



パネルは、4名の先生で作製しました。それぞれ研修にてなかなか全員そろふ時間がなく、今回は3名でかつよくキメてもらいました。



指導医・研修医
ブログはこちら



病院祭で展示されたパネル▼

脱水にご用心!

初期研修医
小林克己、中村寛文、
高橋良彰、村山真之

脱水 = 体液の喪失 → さまざまな症状が出ます
だるさ、めまい、頭痛、喉の渇き、
おしっこが少ない、ぼーっとする etc

どんな時に脱水になるの?
・たくさん汗をかけた時(運動、発熱など)
・おう吐や下痢が続いてしまった時

実は、脱水になりやすい時期は夏だけではありません!
→ノロウイルスやインフルエンザなどが流行する冬も要注意です!
失うのは水分だけじゃない...!?
たくさん汗や、おう吐・下痢で出て行くのは水分だけではありません。
体液には電解質(ミネラル)も含まれているのです。
→特に、Na:ナトリウム(塩分)、K:カリウムが重要

お水やお茶をいくら飲んでも、ミネラルはなかなか補給できません。
水分だけ入っても、ミネラルがなければ体液は薄くなるばかり。
体は体液を濃くするため、補給した水分を尿として出してしまいます。

いったいどうすればよいのでしょうか...?

そんな時は... **経口補水液!**

水分・電解質を十分に含み、
すばやく吸収できるよう糖質(ブドウ糖)も入っています。

経口補水液は、お家で作ることもできます。

水 500ml
砂糖 20g
塩 1.5g
レモン汁(お好みで適量)

※自家製の場合、雑菌が入りこむので、
早めに飲みきるようにして、可能であれば
市販のものを飲むと良いでしょう。

Q: スポーツドリンクはどうでしょうか?
スポーツドリンクにも、もちろんミネラルは含まれます。
ただし、経口補水液に比べると...
→ミネラルが少なく(半分以下)、糖分が多い!
スポーツドリンクで脱水を改善しようとすると、
糖分をとりすぎるリスクがあります。



Q: では、経口補水液を毎日飲んでいれば大丈夫...!?

経口補水液にも問題点があります。
ミネラルを多く含むとは、つまり塩分が多いということです。
ペットボトル1本(500 mL)に、塩分が約1.5gも入っています!

	1日の塩分摂取量目標値(g)
日本の男性	8
日本の女性	7
日本の高血圧患者	6
世界保健機関(WHO)	5

ペットボトル2本で
およそ1食分の塩分...!

経口補水液を日常的に飲むのはオススメではありません。
脱水になりそうな時に飲むものと考えるのが良さそう。
日常生活では普通の水分補給を心がけることが大切です!

高齢者や子どもは、特に脱水に注意が必要です。

- ・高齢者→調節機能が落ちてきている
- ・子ども→調節機能が不十分で、脱水の影響が大人よりも大きい

**脱水の症状が出る前に、早めに経口補水液を飲んで、
脱水症状の予防を心がけることが大切です!!**

◎なかなか水が飲めない時◎

1度にある程度の量を飲んでしまうと、お腹にたまって戻しやすくなります。
少量をこまめに飲むことで、しっかり補給することができます!



※熱中症や、おう吐・下痢の原因となる胃腸炎は、
重症となり、時には命に関わる可能性もある病気です。
無視せず、早めに医療機関を受診することも大切です。



看護師特定行為研修実習施設に認定 されました

看護企画室 小林 由紀
こばやし ゆき

厚生労働省特定行為に係る看護師研修制度の趣旨

2025年に向けて、さらなる在宅医療等の推進を図っていくために、医師の判断を待たずに、手順書により一定の診療の補助、例えば脱水時の点滴（脱水の程度の判断と輸液による補正など）を行う看護師を養成することを目的とします。

看護師教育

看護師が医療行為を行うためにはその技術だけではなく、医師の思考過程を学ばなければなりません。長野県初の研修機関として佐久大学が認可され、病院の理解と医師の協力が得られ当院が実習施設となりました。実習項目は「ろう孔管理関連」と「精神及び神経症状に係る薬剤投与関連」で、実習施設として不可欠な指導者研修は医師4名と認定看護師4名が修了し、2019年5月からの実習に向けて準備を進めています。

特定行為看護師による地域への貢献

《膀胱ろうの一例》

在宅療養中で膀胱ろう（直接膀胱に管が入っている）を造設されている方が休日・夜間などに管がつまるなど緊急で処置が必要になった場合、24時間365日医師がご自宅まで伺えるとは限りません。その場合、ご本人は勿論ですが受診のためご家族にご苦勞をお掛けしています。そこで、特定行為研修を修了した看護師が訪問して状態の観察を行い、より早く安全に管の交換をすることで安心して在宅療養ができる環境になります。

厚生労働省では超高齢化社会に向けて特定行為研修修了看護師が10万人必要と言われていますが、現在全国で291名、そのうち長野県はわずか5名で養成が喫緊の課題となっています。

病院祭で展示されたパネル▼

厚生労働省

特定行為看護師実習施設に認定

今後の在宅医療等を支えていく看護師を計画的に養成するための研修制度です。長野県初の研修機関として厚生労働省より佐久大学が認可され当院が実習施設として認定されました。

医師または歯科医師が患者を特定した上で、看護師に手順書により特定行為を実施するよう指示

病状の範囲外 → 医師又は歯科医師に指示を求める → 点検内が特定行為

患者の病状の範囲の確認を行う → 病状の範囲内 → 看護師が手順書に定められた「診療の補助の内容」を実施 → 看護師が医師又は歯科医師に結果を報告

看護部 認定看護師紹介

看護部では、皆様が安心して地域で暮らしていただけるように、看護の質向上を基本理念としています。その実現のために、時代の変化による看護の多様化・専門化を後押しする認定看護師の育成に努めています。

認定看護師とは
専門分野の教育を受けた看護師に、日本看護協会・日本精神科看護協会が認定する資格です。
教育や通常業務以外に所属部署を超えた活動を行うほか、院内外の専門分野における連携をはかります。

看護管理のスペシャリスト

認定看護管理者 Certified Nurse Administrator... 小林由紀

保健・医療・福祉の政策に関する知識を活かして患者さん、ご家族や地域の皆様へ、質の高い看護サービスを提供できるように組織を改革し、発展させることに取り組んでいます

となりのパネルもご覧いただき、地域のために認定看護師をご活用ください。どこでも出張講座やご相談に応じます。お問い合わせ先 0261-62-3166(代表)

看護現場のエキスパート

認定看護師の主な役割は「実践・指導・相談・知識の発展」
自らが水準の高いケアを提供するだけでなく、それを一般の看護師に伝授するため院内・院外研修会の講師となったり、患者さんや職員からの相談を受けています

- 緩和ケア Palliative Care.....中山京子**
痛みや苦しみなどの「つらさ」を和らげるよう、患者さんやご家族の思いに寄り添ってケアしています
- 皮膚排泄ケア Wound, Ostomy Continence降旗理恵**
床ずれなどの皮膚障害、人工肛門や排泄・排便に関するトラブル解決のお手伝いをしています
- 精神科認定看護師 Certified Expert Psychiatric Nurse**
.....坂井美絵 滝澤八寿波
認知症やせん妄の看護はお任せください！
- 感染管理 Infection Control.....小山洋子**
病原菌から患者さんと職員を守り、拡散させないために活動しています
- がん化学療法 Cancer Chemotherapy Nursing Certified...山田藤香**
がん化学療法を行う患者さんが確実・安全・安楽に治療を受けながら生活できるように活動しています

専門看護師教育課程修了
老人看護・精神看護の専門看護師を目指し、2名が修士課程を修了しました



消化器内科シリーズ

第8回

消化器内科部長・内視鏡室長

村木 むらき

崇 たかし

健康診断などで胃カメラを行うと逆流性食道炎といわれた人、そうでない人も胸やけを感じている人も多いのではないのでしょうか？
今回は、逆流性食道炎について書きたいと思います。

胃食道逆流症 (逆流性食道炎)

●5人に1人は、胃食道逆流症(GERD)！

胃酸は強い酸で食べ物を消化します。胃自身は自分の胃酸で消化されないように粘液で保護しています。十二指腸(胃の次)はアルカリの腸液により胃酸は中和され、十二指腸は消化されません。しかし、食道には胃酸から守る機能がありません。胃酸が食道に逆流し引き起こされる食道粘膜障害(逆流性食道炎)ないし逆流症状(胸やけなど)を認める病態を胃食道逆流症(GERD)といい、5人に1人はGERDであり、10人に1人は内視鏡検査で逆流性食道炎を認めます。

●胃食道逆流症(GERD)の症状は？

胸やけの他に慢性的な咳、喘息のような症状、喉の違和感を自覚する方もいらっしゃいます。



●胃食道逆流症(GERD)の原因は？

- ・ピロリ菌がない…除菌後も含めピロリ菌がないとGERDになりやすいです。
- ・肥満…内臓脂肪が増えると胃食道逆流を防ぐ役割をしている横隔膜が胸側に上がり、胃酸が食道に逆流しやすくなります。

●日常生活で気を付ける事は？

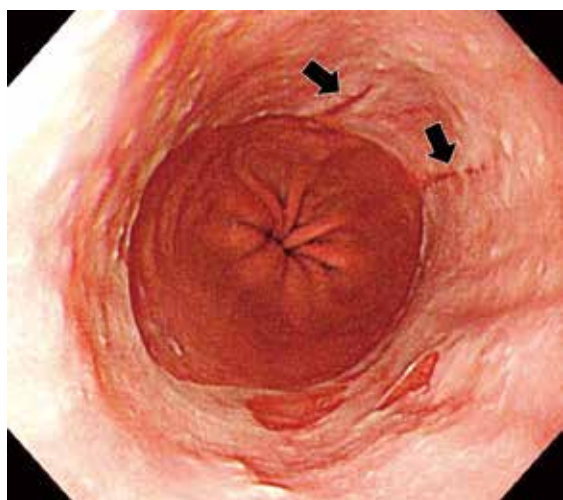
体重減少とベッドの頭を高くして寝ることの二つは、症状を改善することが証明されています。他にも喫煙、飲酒、脂肪分の多い食事、臥位(横になること)は食道への胃酸の逆流が増加します。食べたらずすぐ横にならない(寝る前3時間は食べない)、寝酒をしない、また早食い・暴飲暴食をしないことも大事だと思います。

●効く治療薬は？

いわゆる胃薬(胃酸を抑える薬)が多くの方が有効です。日常生活を改善しても症状が改



図：逆流性食道炎の内視鏡映像



善しない方、内視鏡上逆流性食道炎の程度がひどい方(放置すると出血や食道が狭くなってしまう)は薬を内服した方がいいです。症状が改善したら、症状が出るときだけ内服する方法に減量し、徐々に中止できる方も多くいらっしゃいます。困っている方は月々木曜日に消化器内科にご相談下さい。



精神科シリーズ

第8回

こころのホスピタル事業部精神科部長

なかむら
中村

しんじ
伸治

最近テレビ、新聞、雑誌で、「認知症はどうすれば予防できるか」といったテーマが頻繁に取り上げられています。「認知症になるのはこわい」と多くの人が思っているからでしょうか。しかし、認知症診療に関わる医師として思うのは、「認知症はそこまでおそれなくていい」ということです。

認知症、おそるるに足らず

●認知症患者が減少している国がある!?

世界では認知症の方が減ってきている国がいくつかあります。たとえばアメリカでは65歳以上の方の認知症の有病率は2000年には11・6%だったものが、2012年には8・8%まで低下しています。イギリス、スペインでも近年低下していると報告されています。その要因としては、教育水準の上昇が大きく関わっているのではないかと考えられています。

では日本はどうか。日本は教育水準が高いと思うのですが、認知症の方はまだ増加しています。主たる原因は、急速な高齢化です。高齢者ほど認知症になりやすいからなのですが、一方で日本は認知症の方の生存期間が他国よりも長いがゆえに有病率が高くなっている面もあると言われています。日本は認知症の方であっても生活しやすい環境が整っ

ているとポジティブにとらえてもよいと思うのです。

●認知症リスクを下げるには……

さて、多くの認知症は、発症する何年も前から、脳の変化がゆっくりと進んでいます。その始まりは40代からのようです。最近の研究では、特に45歳から65歳までの間の生活習慣を改善することで、認知症発症リスクを下げられることがわかってきています。生活習慣の改善と言ってもそうむずかしいことではなく、適度な運動、適度な睡眠、適度な食生活、そしていろいろなことに好奇心を持ち、人と交流しながら社会生活を営んでいくことで十分なようです。

ただし残念ながら、割合は多くはないものの、若くして発症したり、発症後の進行が早かったり、家族が対応に苦慮するような症状（興奮、昼夜逆転など）をきたしたりする方がおられるのも事実です。そういった患者さんや家族に対して、医療、介護、そして社会全体

が力を合わせてより良い対応を考え、かつ実行していくことがこれからの重要課題であることはいうまでもありません。

かの兼好法師は徒然草九十三段で次のように書いています。「人、死を憎まば、生を愛すべし。存命の喜び、日々を楽しまざらんや。」多少は健康に留意しつつ、日々を楽しんで暮らすことこそが人生を有意義にし、それが認知症予防にもつながると思います。



精神科・心療内科外来

・新患（予約制・午前）

・再診（予約制）

月曜日・金曜日、第1・3土曜日

ご予約先：0261-6213166
14時～17時の間にお問い合わせください。



医師紹介

①出身地 ②出身大学 ③趣味

はじめまして、1月より泌尿器科に赴任してまいりました加賀美慧帆と申します。山梨県出身で、信州大学を卒業後、信州大学泌尿器科医局に入局し、このたび北アルプス医療センターあづみ病院で働かせていただくこととなりました。12月まで安曇野赤十字病院に勤務しておりました。

趣味とも言い難いのですが、近ごろ整理整頓、断捨離、不用品の処分といった住まいの新陳代謝がマイブームです。不用品をどのように処分するか(使い切るか、捨てるか、売るか、寄付するか等)について、熱く語り合える相手を募集中です。重曹、クエン酸、アルコールは家に常備しており、休日は資源回収BOXによく通っています。

泌尿器科疾患、骨盤臓器脱を中心として大北地域の皆さまのお役に立ちたいと思っております。まだまだ至らないところが多いですが、ご指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。

①山梨県八代町 ②信州大学 ③断捨離、食べ歩き



泌尿器科
かがみ さほ
加賀美 慧帆

骨盤底リハビリテーション



女性・男性尿失禁・頻尿症状でお困りでないですか？
対策・治療法は？ぜひ、女性骨盤底医学センターへご相談ください。1月から女性医師が常勤でいます。
(もちろん男性医師診察日もあります。)

1回につき20～40分のリハビリを行います。(予約制)

●女性理学療法士 火・水・木・金曜日 9:00～13:00

●男性理学療法士 月曜日 9:00～13:00

まずは、「女性骨盤底医学センター」を受診して医師の診断を受けてください。

予約TEL 14:00～17:00 0261-62-3166(代表)

期待される効果

- ①骨盤底筋をはじめ、関連する筋力アップで尿漏れを予防・改善します。
- ②骨盤内の血行がよくなり、便秘や痔を予防・改善します。
- ③加齢に伴う筋力の低下を予防します。
- ④出産後、骨盤底筋や腹筋をはじめ、骨盤周辺の筋肉の回復を早めます。
- ⑤日常生活が活性化します。

少ない材料ですが、手順を考えソースの出来上がり、パスタの茹であがりを含め合わせでできてすぐいただけるでしょう。バジルは生をぜひ準備してください。ぐっとお店の味に近づきます。

フルーツマトのオイルパスタ

栄養科からの

おすすめ
レシピ

材料(1人分)

フェデリーニ(1.4ミリパスタ)	80g	フルーツマト	小4ケ	バジル(生)	葉3枚
オリーブオイル	15ml	モッツアレラチーズ	40g		1枚はてっぺんに
にんにく	3g程	茹で汁	50cc程	塩、胡椒(白)	少々

作り方

- ①トマトはさっと熱湯にくぐらせて冷水に取り、皮を剥く。
- ②パスタを表示時間のとおりに茹でる。塩(分量外)は茹でるお湯の量に対して1.5%程。
- ③にんにくをみじん切り、火にかける前のフライパンにオリーブオイルと共に入れ、弱火で加熱し香りを出していく。
- ④③のフライパンに縦に4等分に切ったトマトを入れ、じっくりと火を入れる。
- ⑤トマトの甘さが出てきたらパスタの茹で汁を加えて乳化させ、さいの目に切ったモッツアレラチーズを入れて弱火にして少し溶かす。チーズが溶けたらバジルを手でちぎって入れる。
- ⑥茹で上がったパスタを加えて中火で絡め、塩で味を調える。
- ⑦器に盛り付け胡椒を上からふり、バジルを添えて完成。



栄養素量(1人分)

エネルギー	559Kcal
たんぱく質	18.1g
塩分	1.4g

調理師 栗林 大悟

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)

2019 2月 February

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		

2019 3月 March

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

お知らせ 休日緊急当番医

- ・2/10(日)
本院(大北南部地区)
- ・2/11(月・祝)
白馬診療所(大北北部地区)

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。

インフルエンザ流行期による面会制限

インフルエンザなどの感染症流行期です。感染拡大防止のため入院患者さんへの面会制限をさせていただきます。

ご不明な点は、ホームページ・お電話0261-62-3166でお問い合わせください。



院内保育所『あづみっこ』通信

2018年12月21日「あづみっこ」にサンタさんがやってきましたあ〜。サンタクロースに扮した職員が大きな袋を抱え、子供たちにプレゼントを配りました。この日は、ママ(職員)たちも一緒にサンタさんたちを待って楽しいクリスマス会。

○3歳未満児で当院に勤務する職員の乳幼児が対象です。詳しくは、お問合せください。



がん患者サロン「てるてるサロンあづみ」

管理栄養士による免疫力を高める食事について紹介します。

日 時 2月15日(金) 「食事で免疫を高めよう！」
14:00~16:00 ※後半は語り合いになります。
会 場 本館7階やまなみホール南

予約不要
参加無料
見学OK

糖尿病教室

日 時 2月 14日(木) 歯科医師・管理栄養士
26日(火) 薬剤師・管理栄養士
14:00~15:00
(専門職種による各20~30分の講義)
会 場 外来棟2階会議室 西
(2月14日のみ本館7階やまなみホール南に変更)

予約不要
参加無料

求人情報

☎ 0261-62-3166

詳しくは→



調理師・看護補助者・薬剤師・看護師・保健師、
食器洗浄業務・精神保健福祉士 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・応募方法などは、HPをご覧ください。
病院見学 大歓迎! お気軽にご相談ください。

就職ガイダンス出展情報

●2月23日(土) マイナビ看護 松本市キッセイ文化ホール
●3月19日(火) 信州で看護 松本市ホテルブエナビスタ

編集
後記

まだ大北地域は積雪もあり寒さ厳しいですが、2月は暦の上では「春」となるようです。日脚は、徐々に伸び春の訪れを感じられるようになってきました。皆さんは、どのようなときに春の訪れを感じられますか? 「春眠暁を覚えず」、眠い季節が……zzZ (M.O)

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。

2019年2月1日現在

診療科目	曜	月	火	水	木	金	土
内科	内科新患	岡田光代 中村麗那	東方壮男 村木 崇	馬渡栄一郎 木全博己	川上裕隆 中村麗那	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	中村麗那	村木 崇	木全博己	村木 崇 中村麗那		
	呼吸器内科	岡田光代	岡田光代	岡田光代 花岡正幸(10:00～)(予約制)		松原美佳子(第1・3・5) 池川香代子(第2・4)	藤本圭作(第1)
	神経内科	林田研介 坂口典子(第2・4)	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介	林田研介
	腎臓内科				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) 上野賢一(第3)
精神科・心療内科	総合内科		林田研介		林田研介		
	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) 岡田知徳 古屋昌宏 小笠原紘輔 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) 春原隆史 岡田文美子	村田志保(午前) 鬼頭 恒 中村伸治 古田 康(第2・4) 古屋昌宏 雨宮光太郎 春原隆史 樋端佑樹(第1)	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 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	石曾根 聡	唐澤文寿	石曾根 聡 久米田茂喜(予約制)	唐澤文寿	石曾根 聡
	専門診療 (予約制)		石曾根 聡(肛門) (13:30～)	前野一真(第1・3・5)(乳腺) 小野真由(第2・4)		伊藤研一(第1・3・5)(甲状腺) 金井敏晴(第2・4)	
	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)	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)		細見謙登(13:00～)				
整形外科	新患 (受付10:30まで)	磯部文洋 / 手・肘 中村恒一(その他 新患)	中村恒一(手・肘) 太田浩史(下肢 輪番) 狩野修治	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)		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	
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		加賀美慧帆	西澤 理 加賀美慧帆	西澤 理(予約制) 加賀美慧帆	西澤 理 加賀美慧帆	加賀美慧帆 山ノ井万里子	
産婦人科(予約制)		倉石美紗子	菅根原衛雄		竹内穂高		
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					柳澤 新		
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	飯島 響 中野僚子 中島 哲	飯島 響 中野僚子
緩和医療外来 (予約制)			木全博己(第1) 西澤 理(第3) 間宮敬子(第4)				

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4) (15:00～)	下里修一	下里修一	下里修一
--------------------------	------------------	------	------------------------------	------	------	------