

きずな

特集

- 旬野菜で夏バテ予防
- 排尿ケアチームの活動
- 小児科シリーズ第5回 ～小児の予防接種～
- 脳神経内科シリーズ第5回 ～パーキンソン病(特発性パーキンソニズム)について～
- 白馬だより・ひとりごと・おすすめレシピ・新型コロナウイルスワクチン接種について
休診カレンダーのご案内・求人情報



発熱・かぜ症状のある
方は、まずはお電話を！
0261-62-3166

提供：榑池自然園 榑池ビジターセンター／船越の頭から望む小蓮華山

公式Facebookはじめました



公式HP・当院の新型コロナウイルス対策はこちら

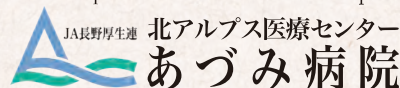
あづみ病院



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



North Alps Medical Center Azumi Hospital



夏バテとは

湿度が高く蒸し暑い気候に体が対応できないことが原因で起こるさまざまな症状が夏バテです。体のだるさ、頭痛やイライラ、さらには食欲不振や下痢・便秘といった消化器症状が現れることもあります。冷房の効いた室内と屋外との温度差、寝苦しく、良質な睡眠がとれないことも夏バテの原因とされます。また、暑さから冷たいアイスクリームやジュースなどを摂りすぎてしまうのも糖分の過剰摂取となり、体内でエネルギーを効率よく使うことができなくなり、結果として、疲労を蓄積させ夏バテを招いてしまいます。

夏バテ予防になる食事の工夫

夏はどうしても、さっぱりと喉越しのよい物（冷たい素麺やそばなど）が多くなる傾向があると思います。このような献立はタンパク質やビタミン・ミネラル類が不足しがちです。

まず重要なのは、主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い献立にすることです。

冷たい素麺も、旬の野菜をたっぷりのせて、タンパク質源となる肉類なども加えれば一皿でも主食・主菜・副菜のそろった夏バテ防止メニューに変身します。



夏野菜五目
ぶっかけそうめん

旬野菜でとれる夏バテ予防栄養素



オクラ

ネバネバ成分である「ムチン」は水溶性の食物繊維。胃の粘膜を守りタンパク質の消化も助けてくれます。エネルギーを作るのに欠かせないビタミンB1も含まれていて疲労を改善してくれます。



トマト

リコピンに注目！ トマトの赤い色素がリコピン。強い抗酸化作用があり、紫外線を浴びることでシミの原因となるメラニンができてしまうことを防いでくれます。トマトの酸味はクエン酸。疲労回復にも期待が持てます。



ナス

コリンという成分が含まれており、これは胃液の分泌を促進して、暑さで低下してしまった食欲を増進させてくれます。ナスの紫色も抗酸化作用の高いポリフェノールの1種である「ナスニン」が含まれていますので、肌の老化、血管の老化を防ぎます。

おすすめ旬野菜レシピ



豚肉とオクラの炒め物

材料(2人分)

豚肉薄切り (部位はお好みで) … 150g
 オクラ …………… 6～8本
 エリンギ …………… 2本
 ニンニクみじん切り 1/2片分
 サラダ油 …………… 大さじ1
 塩・こしょう …… 少々
 オイスターソース 小さじ1

作り方

- ① オクラは緑が鮮やかになる程度にさつと下茹でて冷まし、1本を半分に分ける。
 - ② エリンギは2～3mmの薄切りにする。
 - ③ フライパンにニンニクのみじん切りとサラダ油を入れ弱火にかける。
 - ④ ニンニクの香りがしてきたら中火にして豚肉を広げるようにして入れ、片面ずつ焼くイメージで少し焼き色を付ける。エリンギも加えて炒めながら塩こしょうを軽く振る。
 - ⑤ ①のオクラを加えさつと炒めたらオイスターソースで味付けして完成。
- ※オクラをフライパンに入れたら炒め過ぎないように手早く仕上げる。
 ※オイスターソース以外にも、だし醤油を入れるとさらにあっさりとした和風の炒め物になる。



豚肉も疲労回復ビタミンであるビタミンB1の宝庫です。オクラと合わせてビタミンB1を増強し、さらにオクラのムチンやビタミンCも一緒に摂れるお手軽メニューです。

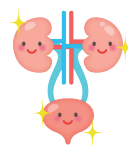
信州の夏も年々暑さが厳しさを増し、夏バテ症状に悩まされる方も多いのではないのでしょうか。実は、夏らしい食材や献立を取り入れることで夏バテ予防にもなります。旬野菜で夏バテに負けない体を目指しましょう。

旬野菜で夏バテ予防

栄養科長代理 管理栄養士

赤羽 ともはね

知美



排尿ケアチームの活動

日本創傷・オストミー・失禁管理学会等では、尿道カテーテル抜去後の下部尿路機能障害(図②)と排尿自立を支援するために、2016年に診療報酬として「**排尿自立指導料**」が新設されました。

2019年8月時点で、「**排尿自立指導料**」を申請した病院数は697施設であり、その実績が認められ、2020年度の診療報酬改定では「**排尿自立支援加算**」が新設されました。

当院では同年9月に排尿ケアチームを立ち上げ、皮膚・排泄ケア認定看護師が中心となって活動してきました。他に指定の研修を受けた専任看護師が3名と、泌尿器科専任医師、専任の理学療法士・作業療法士の多職種で構成されたチームで、週に2回病棟での回診を年間600例ほど行っています。

チーム活動の目的の一つに、尿道カテーテルを早期に抜去し、尿路感染を予防することが挙げられ、当院でのカテーテル留置期間は、2〜10日程度です。

下部尿路機能(図①)の評価方法は、尿道カテーテル抜去後、24時間の様子を患者さんや病

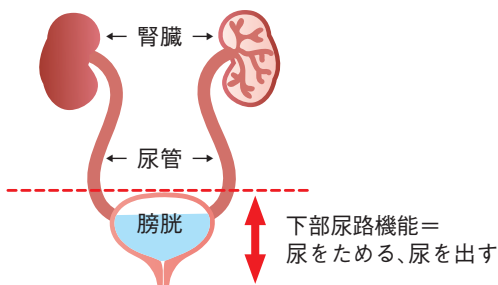
棟看護師が、排尿日誌に3日間程度記載し評価します。

日誌の内容は、1回排尿量と1日の総排尿量・排尿回数・尿意の有無・失禁の有無・飲水量・残尿量です。

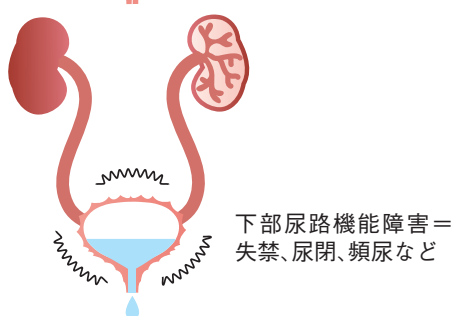


排尿ケアチームは、診療を担当する医師、看護師等病棟のスタッフと協働しながら、科を横断して活動し、排尿自立に向けて連携を取っています。

《図①》



《図②》



排尿ケアチーム回診の様子



困っていることはないですか？

排尿トラブルについて、恥ずかしくて誰にも相談ができないという人が多いと思います。しかし、誰もが人生の最期までトイレで排泄したいという願いを持っています。その思いを尊重し、排尿自立ができるように排尿ケアチームは活動しています。入院中の排尿トラブルなど、お気軽に病棟の看護師にご相談ください。



正常な排尿は？ 成人の場合

1日の尿量	1000～1500ml 体重×24＝目安
1回排尿量	250～300ml
1日の回数	5～6回

排尿ケアチーム専任看護師

矢花 やばな

由佳 ゆか



小児科シリーズ

第5回

小児科統括部長

小口 おぐち

ひろこ 弘子

小児の予防接種

日本国内においてワクチンで予防できる病気が数多くあります。下記表は、日本小児科学会が推奨する予防接種スケジュールです。実際に数多くが乳幼児期に接種推奨されていることがわかるといえます。必要なワクチンを適切な時期に適切な回数接種することが重要です。2種類以上の予防接種を同時に同一の接種対象者に対して行うことを同時接種とよびます。同時接種について以下のことがわかっています。

- ① 複数のワクチンを同時に接種して、それぞれのワクチンに対する有効性について、お互いのワクチンによる干渉はない。(一部例外あり)
 - ② 複数のワクチンを同時に接種して、それぞれのワクチンの有害事象、副反応の頻度が上がることはない。
 - ③ 同時接種において、接種できるワクチンの本数に原則制限はない。
- また、その利点として以下の事項があげられます。

- ① 各ワクチンの接種率が向上する。
- ② 子どもたちがワクチンで予防される疾患から早期に守られる。
- ③ 保護者の経済的、時間的負担が軽減する。
- ④ 医療者の時間的負担が軽減する。

最近では新型コロナウイルス感染症罹患の懸念から病院通院の回数を減らしたいとの希望もみられます。繰り返しになりますが、**予防接種は期待できる効果を得るために適切な時期に接種する必要があります**から先延ばしは好ましくありません。同時接種をより積極的に取り入れて遅れることなく接種を行いましょよう。お子様が成長し、進学や社会に出るときに予防接種履歴は大きな意味を持つてきます。母子手帳の**接種記録は大切に保存**してください。最後に、新型コロナウイルスの接種が進められています。小児の接種についてはまだ決まっていない点がありますので、市町村からの情報に沿った行動をお願いします。(2021年7月時点)

お問い合わせ
小児科外来
0261-62-3166 (14時~17時)



日本小児科学会が推奨する予防接種スケジュールから一部改変 (一部製品による注意がありますので、接種医に確認してください。)

ワクチン	種類	乳児期												幼児期					学童期/思春期						
		生直後	6週	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月	7か月	8か月	9-11か月	12-15か月	16-17か月	18-23か月	2歳	3歳	4歳	5歳	6歳	7歳	8歳	9歳	10歳以上		
インフルエンザ菌b型(HiF)	不活化		①	②	③								④												
肺炎球菌(PCV13)	不活化		①	②	③								④												
B型肝炎 ユニバーサル	不活化		①	②				③																	
ロタウイルス	1価		①	②																					
ロタウイルス	5価		①	②	③																				
4種混合(DPT-IPV)	不活化		①	②				③					④					(7.5歳まで)							
2種混合(DT)	不活化																					11歳	12歳		
BCG	生					①																			
麻しん・風しん混合(MR)	生												①						②						
水痘(水ぼうそう)	生												①		②										
おたふくかぜ	生												①						②						
日本脳炎	不活化															①	③	(7.5歳まで)				49~12歳			
インフルエンザ	不活化																							13歳より①	
ヒトパピローウイルス(HPV)	不活化																					小6	中1	中2~高1	

定期接種の推奨期間 | 定期接種の接種可能な期間 | 任意接種の推奨期間 | 任意接種の接種可能な期間 | 添付文章には記載されていないが小児科学会として推奨する期間



脳神経内科シリーズ

第5回

パーキンソン病(特発性パーキンソニズム)について

パーキンソン病は脳神経内科領域の疾患の中でも有名で非常に重要な疾患です。パーキンソン病も今までのシリーズでお話した神経変性疾患の一つなのですが、他の疾患と比較して治療法が多く、機能改善や進行抑制を期待できます。パーキンソン病患者はおよそ1000人に1人とされており、60代以上では100人に1人まで増加すると言われています。パーキンソン病の原因は神経にαシヌクレインという老廃物が蓄積し、体をスムーズに動かすドパミンという物質が作られにくくなることで生じます。

● 症状

イラストにある4つの症状がドパミン不足で生じる代表的な運動症状になります。この内の姿勢反射障害は発症初期から出現することとほめたにないため、数年で転びやすくなった場合は他の病気を疑う必要があります。

運動症状のほかには、便秘や頻尿、嗅覚の低下、起立性低血圧(立ちくらみ)、気分が晴れない(うつ)、夢をよくみたり睡眠中に声が出たりする(レム睡眠行動障害)などの症状も起こることがあります。

ることがあり、非運動症状と呼んでいます。

治療法の進歩に伴い、以前は発症5年で歩けなくなる病気でしたが、適切な治療を受けると10年程度は歩行できる患者さんが多くなっています。車椅子、寝たきりになった後で誤嚥性肺炎などの合併症を起こすかどうかで、予後が大きく左右されることが多いとされます。

● 診断

CTやMRIなど脳の状態を評価したり、血液検査で他の内科疾患が隠れていないか検査したりします。他に核医学検査という特殊な画像検査で頭の中のドパミンの働きや心臓周囲の自律神経の評価を行うことも推奨されています。核医学検査は当院では実施できないため、初診の患者さんには松本地域の医療機関で検査を受けていただくこともあります。パーキンソン病以外にも似たような症状を起こす疾患(パーキンソン症候群)があり、画像検査や病気の経過を見て、これらの疾患を除外していきます。

● 治療

αシヌクレインを取り除く治療法は開発されていないため、分泌機能が低下したドパミンなどの神経伝達物質を補ったり、神経内の濃度を高めたりする作用のある薬を投与していき

脳神経内科医師
藤原 舜也
ふじわら しゅんや

パーキンソン病4大徴候

手足がふるえる(振戦)



手足の筋肉がこわばる(筋固縮)



身の動きが遅くなる(運動緩慢)



倒れやすくなる姿勢を保てなくなる(姿勢反射障害)



ます。一般的には治療開始の数年間は薬の効きが良く、薬を増量しなくても状態を維持できる方が多いです。徐々に薬の効く時間が短くなったり、予期せず効果が切れたりして、内服薬の追加が必要となってきました。また若年の患者さんの一部には定位脳手術という脳神経外科治療が内服薬の効果を持続させるために有効なことがあります。パーキンソン病治療薬の副作用も目立ってくる薬剤の増量が難しくなり、介護・福祉サービスの重要性も増してきます。

参考サイト: 難病情報センター <https://www.nanbyou.or.jp/>

お問い合わせ

脳神経内科外来

0261-62-3166 (14時~17時)

白馬だより

リハビリテーション科 みやした たかふみ
宮下 貴史

盛夏の候、水遊びが楽しい時期になりました。白馬では登山やアウトドア、スキー場などで行われているアクティビティと活動的になれる場所が多彩で、大自然を全身で感じられます。暑くて活動的になれない方も、大自然の絶景を見ながらくつろげるカフェやペットと一緒に過ごせる場所もあり、日常の疲れを癒しに楽しんでみてはいかがでしょうか。



さて、心臓リハビリテーション(以下心リハ)では、外来に来られる患者さんにもこの暑い夏を乗り越えてもらうため、熱中症対策と同時に水分過多にならないよう指導を行っています。また自宅での運動も、暑い時間帯を避けて散歩や体操を行うよう指導しています。心リハに来られる患者さんの中には農業に従事する方が多く、時間帯はなかなか難しいため、こまめな休憩と水分摂取を指導しています。

患者さんの体調管理に配慮しながら、自分たちの心と体のリフレッシュも忘れずに、みんなでこの暑い夏を乗り越えていけたらと思います。



私のプチ自慢～私の実家～

作業療法士 やまぎき かずふみ
山崎 一史

入社して5カ月になります。私の実家では祖父母の代からパン屋を営んでいます。しかし、開店した当初はパン屋ではなくコンビニでした。実は大町市では最初のコンビニで、お弁当や雑誌、生活用品はもちろんのこと、ラーメンや綿あめ等を作って販売していたそうです。現在パン屋となったきっかけもコンビニをやっていた際にパンを作り始め、そのパンが徐々に人気となっていったことからです。

小さな頃からお手伝いをさせられており大変だと思うことは多かったです。毎日出来たてのパンの香りが広がっていたり、美味しいパンを食べることができるというのは、私のちょっとした自慢です。

現在こうして作業療法士として働くことができているのは、恵まれた環境と家族のおかげです。日々感謝の気持ちを忘れずに、自身の知識や技術の向上に励みたいのです。



▲店内の様子です。

卵黄の割合を増やした濃厚カスタードプリンです。キャラメルソースでさらに濃厚な香りをプラス。よく冷やして食後のデザートにいかがでしょうか。

キャラメルソースのカスタードプリン

材料(プリンカップ6個分)

(プリン)		(キャラメルソース)	
牛乳	180mL	全卵	2個
生クリーム	50mL	三温糖	70g
三温糖	60g	卵黄	4個分
		生クリーム	100mL
		バニラエッセンス	適量

作り方

- (1) 鍋に牛乳と生クリームを入れ、弱火で温める。
- (2) 三温糖の1/3とバニラエッセンスを入れてゆっくりかき混ぜ溶けたら残りの三温糖を入れさらによく溶かす。
- (3) ボールに全卵と卵黄を入れ、泡立て器でよく溶きほぐす。
- (4) (3)のボールに(2)を入れよく混ぜ合わせる。
- (5) (4)を一度こし器でこしてから、カップに流し込む。
- (6) (5)を深めのバットに並べ、カップの高さの6分目くらいまでのぬるま湯をバットに張る。
- (7) 130℃に余熱したオーブンにバットごと入れ、50分蒸し焼きにする。
- (8) 蒸し上がった荒熱を取り、冷蔵庫でよく冷やす。
- (9) キャラメルソースを作る。小鍋を弱火にかけ、三温糖を少しずつ入れて、ヘラで混ぜながら溶かす。三温糖が溶けたら別で温めておいた生クリームを加えて混ぜ、少し煮詰めて火からおろし冷ます。
- (10) 冷やしたプリンにキャラメルソースをかけて完成。



栄養素量(プリン1個分)

エネルギー	288kcal
たんぱく質	6.1g
塩分	0.5g

●調理師 こうさか たかひろ
高坂 卓宏

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)

2021 8月 August

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
⑳	23	24	25	26	27	㉑
㉒	30	31				

2021 9月 September

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	㉔
㉕	27	28	29	30		

お知らせ
休日緊急当番医

- 8/8(日・祝)
本院(大北南部地区)
- 8/9(月・振替休日)
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。

新型コロナウイルスワクチン接種について

各市町村から新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせの送付が始まりました。当院では、下記の通り対応を行っております。

【接種可否についてのお問い合わせ】

- 接種日までに診察がある場合、診察時に主治医にご相談をお願いします。
- 接種日までに診察がない場合は、午後2時から5時の間でお問い合わせをお願いします。ただし、非常勤医師が主治医（P8担当医表で医師の名前が青色）の場合は、その医師の診察時間内をお願いします。

上記以外のお問い合わせは、各市町村コールセンターへご連絡してください。



休診カレンダーのご案内

アクセスはこちら→



外来診療に急な変更がある場合があります。詳細はホームページ「休診カレンダー」をご確認ください。



- 掲載している内容
- 医師の休診、代診、変更
 - 受付や受診時間の変更

求人情報

☎ 0261-62-3166

詳しくは→



令和4年度 新規採用が始まりました！
応募を希望される方は、当院ホームページから募集要項をご覧ください。

【令和4年度新規採用】

- 薬剤師 ● 看護師・保健師 ● 介護福祉士・看護補助者
- 言語聴覚士 ● 臨床工学技士 ● 管理栄養士

【中途採用】

- 看護師・保健師
- 介護福祉士・看護補助者
- 食器洗浄業務 **急募** (パート・アルバイト)

【勤務地】

- 北アルプス医療センターあづみ病院

【がん患者サロン・糖尿病教室】各教室は、現在開催が中止になっております。再開は、当院ホームページまたは院内掲示板にてご案内させていただきます。

編集
後記

きゅうり、トマト、なす、ズッキーニ、じゃがいも…畑からの野菜が出そろそろ時期になりました。今月の夏パテ予防レシピなどを参考にして、暑い夏を元気に乗り切りましょう。(M.C)

8月担当医表

受付時間：平日 7:30～11:30
第1・3土曜 7:30～11:00
問い合わせ：0261-62-3166

予告なく変更されることがありますので、ホームページの休診案内をご確認ください。
※診療科により受付時間が異なります。※青字は、信大医師又は非常勤医師が診察します。

(○日)は、今月の診療日を表しています。

2021年8月1日現在

診療科目	曜日	月	火	水	木	金	第1土	第3土
内科	内科	川上裕隆	川上裕隆	川上裕隆(初診)	川上裕隆	浅井麻理子(初診) 川上裕隆	川上裕隆	川上裕隆(初診)
	循環器内科	井上航(初診) 富田威 麻生真一 東方壮男	東方壮男 富田威(予約制・午後) 桑原宏一郎(予約制)	富田威(4.18日) 麻生真一 東方壮男 井上航(予約制・午後)	神津亮輔 (予約制)	東方壮男(初診) 富田威 麻生真一	井上航 (初診) 東方壮男	東方壮男 (初診)
	消化器内科	中村麗那(初診)		村木崇	中村麗那	村木崇(初診)		
	呼吸器内科	池川香代子	岡田光代	岡田光代(初診) 花岡正幸(予約制 10:30～)	池川香代子 岡田光代	松原美佳子 (予約制)	岡田光代 (初診)	岡田光代
	脳神経内科	林田研介	藤原舜也(初診) 林田研介	林田研介	藤原舜也(初診)	林田研介 藤原舜也	林田研介 (初診)	林田研介
	血液内科	仲村彩子(予約制・午後)	仲村彩子(初診) 武岡康信	川上裕隆(初診)	武岡康信(初診) 松澤周治(予約制・午後)	武岡康信(予約制・午後)		武岡康信 (初診)
	総合内科		林田研介					
	専門診察 (予約制)	田中榮司(16.23.30日) (肝臓)	西井郁生 (糖尿病 13:30～)	高松良太 (リウマチ・膠原病)	上條祐司 (腎臓内科)			岸田大 (リウマチ・ 膠原病)
循環器病センター (予約制・午後)				心不全外来(5.19日) 看護 デバイス外来(12.26日) 専門外来				
精神科・心療内科	精神科 心療内科 (予約制)	中村伸治 岡田知徳 岡田文美子 春原隆史 樋端佑樹(23日)	荻原朋美 岡田知徳 岡田文美子(午前10.24.31日) 春原隆史 古屋昌宏	中村伸治 岡田知徳 岡田文美子 鬼頭 恒(午前)	荻原朋美 中村伸治 岡田知徳 春原隆史 村田志保	荻原朋美 中村伸治		中村伸治 春原隆史 公家里依
	初診(午前) / 認知症診療 (予約制)	輪 番	輪 番	輪 番	輪 番			
小児科	午前 (予約制)	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 小口弘子(慢性疾患16:00～)	保刈 健 (慢性疾患)		
外科	一般外科	高畑周吾	本山博章	石坂直毅	本山博章	高畑周吾		石坂直毅
	呼吸器外科	花岡孝臣	手術日 (急患対応は要相談)		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)		常川主裕(13:00～)					
	乳腺外来 (予約制)			前野一真(4.18日) 大場崇旦(11.25日)(乳腺)				
	甲状腺外来 (予約制)					伊藤研一(6.20日) 金井敏晴(13.27日)(甲状腺)		
専門診察 心臓血管外科外来 (受付15:00まで)			信 大 (14:00～)					
ストーマ外来(予約制) ※看護専門外来								
整形外科	初診 (受付10:30まで)	中村恒一(手・肘) 太田浩史(下肢 輪番) 狩野修治	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) 政田啓輔(9:30～)	太田浩史(下肢) 信 大		信 大
	再診 (予約制)	中井亜美	向山啓二郎 中井亜美 高橋 淳(3.17.31日)	向山啓二郎 太田浩史 政田啓輔	中村恒一	狩野修治		村上成道 (スポーツ障害・予約制)
	肩関節治療センター (受付10:30まで)	日野雅仁(初診) 石垣範雄(予約制) 畑 幸彦(予約制)	手術日		手術日	石垣範雄(初診) 畑 幸彦(予約制) 日野雅仁(再診)		畑 幸彦 (予約制)
皮膚科 (受付10:00まで)	信 大	信 大				信 大		
泌尿器科		平林直樹(予約制)		信 大 (初診受付10:30まで)	平林直樹(予約制)			
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 (予約制)				西澤 理(11.25日)				
産婦人科(予約制)	品川真奈花				布施谷千穂			
眼科	太田いづみ (初診受付10:00まで)	増尾史織 (初診受付10:00まで) (9:15～)			太田いづみ (初診受付10:00まで)	太田いづみ 増尾史織 (初診受付9:30まで) (再診受付10:00まで)		増尾史織 (初診受付9:30まで) (9:15～)
耳鼻咽喉科 (平日受付16:00まで)		信 大 (14:00～)				信 大 (14:00～)		信 大
放射線科					深松史聡			
麻酔科 (予約制)	小林浩一 (ペインクリニック)	小林浩一(輪番) 田中成明 (手術前診察)		小林浩一 (ペインクリニック)	新倉明和 (手術前診察)	小林浩一 (ペインクリニック)		
リハビリテーション科 (予約制)	日野雅仁	畑 幸彦	石垣範雄	石垣範雄	石垣範雄	石垣範雄	石垣範雄	
歯科口腔外科	西牧史洋 矢島淳一	手術日 (急患対応は要相談)	西牧史洋 矢島淳一	西牧史洋 矢島淳一	西牧史洋 矢島淳一	西牧史洋 矢島淳一	西牧史洋	矢島淳一
緩和医療外来 (予約制)		花岡孝臣(10日) 武岡康信(17日) 間宮敬子(24日)						
在宅支援科(予約制)	仲村彩子 (13:00～)				池川香代子 (13:00～14:00)			

白馬診療所 問い合わせ TEL:0261-75-4123 FAX:0261-75-4182

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 木村知子	下里修一 木村知子 整形外科(25日15:00～)	下里修一	下里修一 木村知子	下里修一 木村知子
--------------------------	------------------	--------------	---------------------------------	------	--------------	--------------

あるぷすメンタルクリニック 問い合わせ TEL:0263-39-6868

精神科・心療内科 (予約制)	小笠原紘輔	小笠原紘輔(31日) 中村伸治(3.17日) 10.24日休診	小笠原紘輔	小笠原紘輔	小笠原紘輔	小笠原紘輔
-------------------	-------	---------------------------------------	-------	-------	-------	-------