あまるめ～る

庄内余目病院　広報誌

2022
6月号
No.244

【連載】予防医療のすすめ
廃用症候群（はいようしょうこうぐん）の予防～寝たきりを防ぐために～…P4

透析センター
腹膜透析で普段通りの生活を…P8

おうちで気軽に！ かんたん体操…P11

サクランボ

初夏に旬を迎える山形のサクランボ。その生産数は全国第1位で、代表品種の「佐藤錦」をはじめ「紅秀峰」など、様々な品種がそろいます。

寺田院長のんだんだ！通信

病院の“んだんだ”（そうそう）と思う話題や日々の出来事、医療の話をお届けします。

No.84

Message from the director

院長
寺田（てらだ） 康（やすし）

「痛み」

ほとんどの人は「痛い」のは嫌だ。

医学的には痛みには大きく分けて３種類ある。侵害受容性疼痛：ケガなどの痛み、神経障害性疼痛：神経自体が損傷して直接起きる痛み、心因性疼痛：社会的要因など何らかの理由により脳自体で感じる痛みの３つである。

「痛み」には、体に損傷が起こったことを知らせる役割がある。例えば、膝を動かすと痛い⇒膝を動かさないようにするといった具合に、私たちは自然に損傷部位を守る行動をとる。その「痛み」には特徴がある。複数の痛みがある場合、総じて人は一番強い痛みに反応する。言い換えれば、一番強い痛みが前面に出て、それより弱い別の痛みはかすんでしまうのだ。手術をして一番強い痛みが消えると、今度は別の所が痛くなることがあるが、それは実はその部分にも以前から弱い痛みがあったが隠されていた場合が多い。

さて、地球を体に例えると同じことが言えると思う。以前は地球温暖化が問題となって、テレビでは砂漠化した大地や洪水などの異常気象の画像が氾濫していた。その地球温暖化が解決しないうちに、今度は新型コロナウイルス感染の話題一色になった。各国の週単位の新規感染者数まで明らかにされ、対策如何では国の政権交代にまで発展しかねない状況になった。そして、コロナ感染が終息しない所に今度はロシアのウクライナ侵攻が始まり、各国はコロナ感染どころではない。ウイルスではなくミサイルが飛んでくる。いつ核爆弾が炸裂しても不思議ではないのだ。

地球レベルで見れば、傷はどんどん深くなり、痛みはより強くなる。一方で浅い傷は治らないままその痛みは隠されてしまう。気が付けば満身創痍、瀕死の重傷にならないようにと祈る。

さて写真は、2017年５月31日に撮影した田植え後の庄内平野である。稲の苗の列が一糸乱れず整然と続くのには目を見張る。この田んぼに他国の戦車が攻めてきて荒らし回るようなことがあったら、おら、許さんねぇ！

んだ！

あまるめ～る Contents

寺田院長のんだんだ！通信…… P2
医食同源―旬の食材でおいしく健康に―…… P3
【連載】予防医療のすすめ
廃用症候群の予防～寝たきりを防ぐために～… P4
透析センター
腹膜透析で普段通りの生活を …… P8
メディカルスタッフ紹介 調理師 ……P10
おうちで気軽に！ かんたん体操 ……P11
あまるめ～るインフォメーション ……P12

今月の表紙は
サクランボ

医食同源 ―旬の食材でおいしく健康に―

■山形県が全国に誇る農産物“サクランボ”

サクランボは、バラ科サクラ属の桜の木になる実です。その見た目から「赤い宝石」とも呼ばれたりします。追熟（ついじゅく）※をしない果物なので、一番おいしい時期に収穫されます。一般的な旬は５月後半から６月にかけてです。程よい甘味と酸味のバランスがよく、上品な味わいの果物です。

中でも「佐藤錦」は日本を代表する品種です。また、「紅秀峰」は果汁が豊富で酸味が少ないため、強い甘味を味わえます。500 円玉より大きな実をつけるという「やまがた紅王」は、佐藤錦並みの糖度がある新品種で、2023 年に本格販売が始まるそうです。

■栄養価や効能について

サクランボは糖質、ビタミン A、ビタミン B、ビタミン C、葉酸、リン、カリウム、鉄分などが豊富です。利尿作用やむくみ予防のほか、気管支炎の消炎、病後の回復期、疲労による食欲不振、美肌に効果あると言われています。一粒に入っている栄養素量はさほど多くないものの、バランスがよく、意外にも天然サプリメントとして理想的な果物なのです。

■選び方や保存のポイント

選び方のポイントは、実の色をしっかりと確認することです。全体的に紅（あか）く色付き、鮮やかでツヤのあるものを選びましょう。

保存の際は、温度と湿度の変化に弱いため安定した温度を保てる冷蔵庫に入れましょう。水気をキッチンペーパーでふき取り、保存容器に移して冷蔵庫に入れて保存します。日持ちしないため、なるべく早く食べきりましょう。

栄養管理室 係長／菅原（すがわら） 千鶴子（ちづこ）（管理栄養士）

※果物などを収穫後、一定期間置くことで、甘さを増したり果肉をやわらかくする処理のこと。

連載

予防医療のすすめ

No.24

「人生100年時代」と言われる現代。疾病の早期発見・治療、日々の体調管理が健康寿命をのばすカギになります。

今月の担当医師は…

整形外科部長
宮本 光理（みやもと みつよし）
（日本整形外科学会認定
運動器リハビリテーション医）

≪整形外科≫

廃用症候群（はいようしょうこうぐん）の予防～寝たきりを防ぐために～

筋力低下だけではなく、全身に症状が出る「廃用症候群」。高齢者ほどなりやすく、寝たきりを招く要因にもなります。今回はこの「廃用症候群」の原因から症状、予防法までを紹介していきます。

廃用症候群とは？

廃用症候群とは「長期間の安静状態によって起こる、心身の機能低下」のことです。またの名を「生活不活発病（せいかつふかっぱつびょう）」といいます。つまり「動かない（活発でない）」生活を続けると、心も体も弱って「動けなくなる」病気というわけです。

廃用症候群になる原因は？

①長期間の入院

病気やけがで入院し、安静が必要になることがあります。これが廃用症候群の原因になります。人間の筋肉量は20歳代がピークで、徐々に減少していきます。70歳代では若い頃の約半分の筋肉量になります。また、筋力は1週間安静にすると約10％低下します。そのため、1か月間安静にしていると筋力は半分近く下がります。高齢者は筋肉量が減っているのに、そのうえ筋力まで落ちたら自力で動けなくなります。

安静が必要な場合は、医師から指示があります。指示がないのに「病人は安静第一」と思い込んで、動けるのに動かないと身体はどんどん弱ります。入院することになっても、早く治して早く帰ろうという気持ちを持ちましょう。

②介護のしすぎ

家族や周りの方が気を利かせて、自分でできることまでやってあげる。「危ないから」といって何もさせない。どちらの場合も介護される人はすることがなくなって、廃用症候群になりやすくなります。介護する人は、多少時間がかかってもできることは自分でやらせ、できないことだけ手伝うようにしましょう。

③新型コロナウイルス感染症の拡大

感染すると廃用症候群になるという意味ではありません（なるかもしれませんが）。

新型コロナウイルスの流行は私たちの日常を一変させました。外出も人と会うのもダメ、行事は中止、観光地や飲食店は閉鎖…。病気をうつされないためには、誰とも会わなければいい。確かにそうなのですが、家にこもりきりでは、廃用症候群になるのは避けられません。

④災害後の生活

地震などで家を壊され、避難所生活を余儀なくされたときなど、動きたくても動けない状況では、廃用症候群になりやすくなります。

【廃用症候群の悪循環】

廃用症候群の症状は？

①筋肉・関節・骨の障害

筋力が低下したり、関節の動きが悪くなったり、骨がもろくなったりします。そうなると立ちにくい、歩きにくい、転びやすい、骨折しやすい状況になります。動くと痛いので動きたくなくなり、さらに衰えるという悪循環におちいります。

②心臓・血管の障害

全身に血液を送る心臓のはたらきが弱くなると、立ちくらみがする、息切れがするといった症状が出ます。さらに、血管の中で血がかたまる「静脈血栓症（じょうみゃくけっせんしょう）」が起こりやすくなります。これは起きてしまうと生命に関わる危険な病気です。

【廃用症候群の症状】

③肺・気管の障害

食べ物や飲み物が誤って気管に入ったとき、人は激しくむせてこれらを吐き出し、肺を守っています。このはたらきが弱くなると、食物や唾液、たんなどが肺に入って炎症を起こす「誤嚥性肺炎」になります。

④泌尿器の障害

トイレに行くのがおっくうだ、おしっこの回数をへらすために水を飲まないようにしよう…と考える人は少なくありません。ですが、この発想は危険です。脱水や石ができる尿路結石、細菌による尿路感染症などを起こしやすくなります。

⑤精神の障害

どこにも行けない、親しい人と会えない、することもないという状況は心に悪影響をおよぼします。わけもなく気分が落ちこむ「うつ状態」、幻覚が見えたり異常な行動をとる「せん妄」などが起こります。とくに高齢者の場合は生活に刺激がないと、脳の機能が低下して「認知症」にかかりやすくなりますので注意が必要です。

予防と対策について

いったん廃用症候群になると、もとの状態まで戻すのは困難です。そのため、なにより予防が重要です。廃用症候群＝生活不活発病にならない方法は、生活を活発にすることです。

①運動をする

毎日 40 分の運動をしましょう。「そんなにできるわけない！」と思うかもしれませんが、身体を動かしている時間の合計が 40 分になればいいのです。料理、洗濯、掃除、買い物、散歩、体操など全部含めてもかまいません。

②役割を持つ

人は目的がないと動く気になれません。家事の手伝いや趣味、町内会活動など、自分ができる役割や楽しみを見つけましょう。

③栄養をとる

動かない→おなかがすかない→食べない→栄養不足→衰弱して動けない。こうならないよう、食事はしっかりとって、その分からだを動かしましょう。

④会話をする

よく話す人とそうでない人では、前者の方が認知症になりにくいそうです。仕事の話でも、家族や友人との日常会話でも、相手に用件を伝えるための言葉を考え、そして相手の言葉も理解するという作業は脳を活性化させます。会って話せないなら電話やメールでもかまいません。

さいごに

整形外科では腰痛、関節痛、けがの診療を行っています。コロナ流行初期はとにかく自粛を求められ、みんなが活動をやめたので、けが人は減りました。流行が 1 年以上続くと、何もしてないのに体力が落ちた、歩くのがつらい、すぐ疲れるという人が増えてきました。おそらく「何もしてないから」でしょう。そして今、流行は終わっていないものの、人々は活動を再開しました。ところが、けがをする人が非常に増えています。程度の差こそあれ、この数年間で多くの方が廃用症候群になりかけています。それに気づかず、以前と同じことをしようと思っても体がついていかないのです。

まずは日常生活のなかで、自分にできることを少しずつ実践していきましょう。

【廃用症候群の予防と対策】

運動をする

散歩や体操、
筋トレ、ストレッチなど

筋肉量の増加で
血行促進

役割を持つ

趣味や仕事、地域活動
への参加など

心の健康や
生きがいづくり

栄養をとる

バランスの良い
食事を３食

口腔内の健康や
体力維持

会話をする

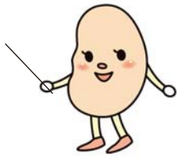
家族や友人との
会話、電話など

脳の活性化で
認知症予防

透析センター

腹膜透析で普段通りの生活を

腎臓には、体内の水分量やミネラルの調整、老廃物を尿として排泄する働きなどといった、重要な役割があります。腎臓の機能が慢性的に低下すると回復は見込めなくなるため、腎臓の機能を補い、代わりをする治療「腎代替療法」が必要になります。この腎代替療法には、血液透析、腹膜透析、腎臓移植がありますが、今回は腹膜透析についてご説明します。



腹膜透析（PD）とは？

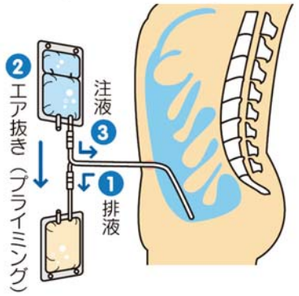
腹膜透析（PD：Peritoneal Dialysis の略称）とは、お腹に挿入した管（カテーテル）を通して透析液を出し入れし、血液中の老廃物や余分な水分を除去する透析方法です。

腹膜透析は、ご自宅や職場など病院以外の場所で行うことができるため、患者さんのライフスタイルに合わせて治療ができます。治療の主体者は、患者さんご自身やご家族となるため治療の手技を取得する必要があります。また、腹膜透析の種類には以下の２つがあり、患者さんの生活やご希望に合わせて選択していただきます。

・連続携行式腹膜透析（CAPD）
手動で透析液の注入・排出を行う方法で、１日３～４回程度、お腹の透析液を入れ替えします。

・自動腹膜透析（APD）
夜間に機械を使って、自動的に透析液の注入・排出を行う方法です。

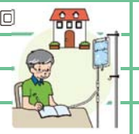
【腹膜透析の仕組み】



【腹膜透析には２種類の方法があります】

【腹膜透析（ＰＤ）と血液透析（ＨＤ）の違い】

手術	腹膜透析（PD）	血液透析（HD）
治療を行う人	患者さん本人やご家族（訪問看護を利用できる場合も）	医療スタッフ
治療による拘束時間	CAPD の場合：１回約 30 分　１日約４回 APDの場合:就寝中　８～10時間/日	1回３～５時間程度、週３回の通院
手術	カテーテルをお腹に埋め込む手術	透析シャントをつくる手術
治療に伴う苦痛や症状	透析液を入れた時のお腹の張り	穿刺痛、血圧低下、倦怠感など
合併症	腹膜炎、カテーテル感染など	不均衡症候群、シャントトラブルなど
実施可能な期間	約５～７年	半永久的
食事制限	血液透析ほどの厳しい食事制限は不要。 水分・塩分・リンを取り過ぎないように、 バランスの良い食事を心がける。	水分・塩分・カリウム・リンの摂取量に制限がある。



腹膜透析のメリットとデメリット

腹膜透析を行う際には、以下のようなメリットとデメリットがあります。

<メリット>
・通院回数が少なく、社会復帰が容易である。
・体への負担が少ない。
・残っている腎臓の機能が保たれやすい。
・血液透析と比べて食事制限が緩い。
・治療のスケジュールが組みやすい。
・外出先や旅行先でも実施できる。

<デメリット>
・透析液交換などの手技の取得が必要である。
・治療中にお腹の張りや腰痛を感じることがある。
・腹膜透析ができる期間に限りがある。
（徐々に腹膜の機能が低下するため。）
・操作や管理が悪いと腹膜炎、カテーテル感染などの合併症を起こすことがある。

当院での取り組みについて

当院では、APD 治療の患者さんに対し、遠隔システムを利用して治療の管理を行っています。また、腹膜透析認定指導看護師の資格を持った看護師が２名在籍しており、治療導入前から治療に必要な手技などの指導を行い、治療開始後も月に１回程度の家庭訪問を実施しています。

腹膜透析を行いながら、いつまでも患者さんがその人らしく輝いた人生を送れるよう、全力でサポートさせていただきます。腹膜透析についての質問や疑問など、お気軽にご相談ください。

（腹膜透析認定指導看護師／五十嵐 知穂）

＼ 透析治療のお問い合わせはこちら ／

庄内余目病院　透析センター
TEL：0234-43-3434（代表）
担当／石川

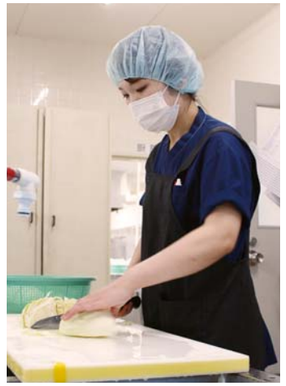
メディカルスタッフ紹介

調理師
(Cooks)

このコーナーでは、さまざまな専門資格を持つ当院のスタッフをご紹介します。

Q 調理師とは？

調理師とは、各都道府県知事が認定する国家資格です。調理に関する技術はもちろん、食品の栄養や衛生、食中毒、適切な調理法など関連分野の幅広い知識を持つ専門職です。免許を取得するには、調理師専門学校や高校の調理科を卒業して取得する方法と、２年以上の調理実務経験後に試験を受け、合格後に免許を申請して取得する方法があります。



Q当院での主な業務は？

調理師は、管理栄養士や調理補助者などと共に、入院患者さんの病院食のほか、外来透析患者さんや通所リハビリ利用者さん、保育所や職員向けの食事を作っています。病院食では、常食、全粥食、ソフトペースト食、ミキサー食など様々な形態の食事や病態ごとの特別食を提供しています。

Q やりがいを感じるときは？

患者さん一人ひとりに合った食事を提供するため、食材のカットや調理方法、食器の種類などを日々工夫しています。また、昨年度からは行事食のバリエーションを増やして、皆さんに喜んで頂けるようにスタッフ一丸となって頑張っています。患者さんや職員の皆さんからの嬉しい声も届いており、私たちの励みになっています。

入職して 19 年が経過し、今年度から新たに役職につくことになりました。自身のスキルアップと共に新人教育やスタッフ育成に尽力し、働きやすい職場つくりを目指していきたいと思います。

Q最後にひと言お願いします

病院での調理は、安心・安全な食事を一人ひとりのニーズに合わせて提供する繊細な仕事です。自分の家族や大切な人に食事を作る気持ちと同じように、調理のプロとして患者さんに心を込めて食事を提供していきたいと思います。

おうちで気軽に！ かんたん体操

今回は「背中まわりの血行不良改善」

＼ポイント／

「両手に大きなボールを抱えているようなイメージで背中を丸め、左右の肩甲骨を開くのがポイントです。体の緊張がほぐれ、息が吐きやすくなります。深く息を吐ききることを意識しながら行いましょう」

健康推進センター
健康運動指導士／IHTA 認定シニアヨガインストラクター
島谷（しまや） 一成（かずなり）

【エクササイズの方法】（１～６を３～５回繰り返す）

背もたれにもたれないで椅子に座ります。足は腰幅、足の裏全体をしっかり床につけます。

1

左右の指を組み合わせて胸の前に構え、息を吸います。

吐きながら

2

息を吐きながら手を組んだ両手を右前方に伸ばし、背中を丸めて上体を右下に倒します。

吸いながら

3

息を吸いながら、元の姿勢に戻ります。

吐きながら

4

２と同様に息を吐きながら背中を丸め、上体を左下に倒します。

吸いながら

5

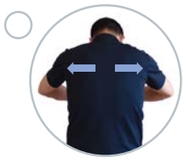
息を吸いながら、元の姿勢に戻ります。

吐きながら

6

息を吐きながら背中を丸めて上体を正面に倒し、吸いながら元に戻ります。

＼肩甲骨を意識しながら しっかり動かす／



＼見学・無料体験できます！／

【健康推進センター・利用者募集中！】自分の健康づくりのために運動を始めてみませんか？
お問い合わせ・お申し込み先／ TEL：0234-43-3434（代表）　担当：髙橋・島谷

詳細はこちらから アクセス！

TOPICS

2021年度新人ケーススタディ発表会

5月14日（土）に、入職2年目を対象とする2021年度新人ケーススタディ発表会を開催しました。発表者は看護師・コメディカル合わせて12名でした。

第1部、第2部のプログラムでは、各演者とも堂々とした発表態度で、ケーススタディを通しての学びを発表していました。また、発表を聞いていた私自身も新入職員の患者さんへの関わりを通して、新たな気付きにつながりました。質疑応答では活発な意見交換があり、参加者の質問に対してもしっかりと自分の考えを伝えていました。それは、それぞれがきちんと患者さんに向き合い、自分の考えをケーススタディとしてまとめることができていた成果だと思います。

発表者の皆さんが今回のケーススタディを通して学んだことを、今後の業務に生かしていけると期待しています。（新人指導担当者／2階病棟 池田）

オンライン医療講演の依頼を承ります

開催費用無料　事前申込必要

全国的な新型コロナウイルス感染拡大に伴い、当院ではオンラインによる医療講演会を開催しています。ネット環境とパソコンやタブレット、スマートフォン端末があればどなたでも開催できます。どうぞご利用ください。

開催可能日／平日13:00～17:00
（この時間帯以外については応相談）

例えば…
- ☐ 社員や職員向けの研修を開催したい
- ☐ 地域のサロンや町内会での講演を依頼したい
- ☐ 学校の保健教育に使いたい　　など

お申し込みは病院ホームページから↓

余目　医療講演　検索

スマートフォンからも申し込みOK！

健康友の会よりお知らせ

【令和４年度の事業計画】
- 健康友の会総会（4月22日）
- 設立30周年記念健康フェスティバル（10月16日）
- 第17回健康友の会グラウンドゴルフ大会（10月31日予定）
- 各支部や地区、企業等の健康教室…要相談
- 一日湯治（アイアイひらた）…状況を見ながら計画
- 友の会ニュースの発行（年2回7月、1月発行）

新型コロナウイルス感染拡大の状況によっては、変更・中止となる場合があります。ご理解・ご了承いただきますようお願い申し上げます。

友の会の会員特典

1. **人間ドックの大幅割引**
   ≪通年割引≫脳ドック　49,500円⇒**24,200円（税込）**
   ※一般ドック（29,700円）も期間限定で割引実施予定。
2. **庄内余目病院無料バスの利用**
3. **支部活動費の交付**

＼ぜひご入会下さい／

※会費は年度1,000円（個人）です。

【健康友の会事務局】
庄内余目病院1階
☎**0234-42-0303**（直通）

読者の皆さまからお便りを募集しています

＼ぜひお寄せください／

本誌にて、健康に関するご相談や病院に対する素朴な疑問などを読者の皆さまから募り、その質問に当院スタッフがお答えします。

なお、誌面にて採用された方には記念品を進呈します。住所、氏名、掲載時の名前（ペンネーム）、年齢をご記入の上、右記宛て先までお送りください。

宛て先

【郵送の場合】
〒999-7782
山形県東田川郡庄内町松陽1-1-1
庄内余目病院　企画課企画広報室　宛

【メールの場合】
kikaku@amarume-hp.jp

編集後記

田植えも終わり、稲の緑が濃さを増す日々となりました。今年は例年より梅雨入りが早いようです。「梅雨だる」と言う言葉があるように、体調不良が現れることもあります。軽めの運動を習慣にしてみてはいかがでしょうか？（通所リハビリ／岩﨑）

2022年6月 診療担当医師予定表

		1 水	2 木	3 金	4 土	5 日
内科	午前	※海野/※山本/松田	西邨/西島	内科医師/長戸	内科医師	休日
	夕診	※山本	休診	-	-	
総合診療科	夕診	-	-	-	-	
心臓センター(循環器内科・心臓血管外科)	午前	㊥菊池/�心嶌田	㊥酒井/�心嶌田	㊥菊池	-	
	夕診	-	㊥菊池	-	-	
脳神経外科	午前	伊﨑	伊﨑	蘇/秋田大学医師	秋田大学医師	
	夕診	蘇	伊﨑	-	-	
外科	午前	田嶋	張/平﨑	張/田嶋	-	
	夕診	-	-	-	-	
整形外科	午前	宮本	宮本	宮本	菅谷	
	夕診	-	-	-	-	
歯科口腔外科	午前	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	近藤	
	午後	荒/近藤	荒/近藤	-	-	
皮膚科	午前	小栗	-	-	-	
	午後	小栗	-	-	-	
泌尿器科	午前	都筑	-	-	-	
	午後	都筑	-	-	-	
呼吸器内科	午前	-	-	-	呼吸器内科医師	
婦人科	午前	-	婦人科医師	-	-	
	午後	-	-	-	-	
足と傷の外来・形成外科	午前	-	※富樫	-	-	
リウマチ膠原病外来	午前	-	-	-	※リウマチ膠原病科医師	

		6 月	7 火	8 水	9 木	10 金	11 土	12 日
内科	午前	海野/長戸	西邨/長戸	※海野/※山本/松田	西邨/西島	海野/長戸	内科医師	休日
	夕診	西邨	-	※山本	海野	-	-	
総合診療科	夕診	-	※寺田	-	-	-	-	
心臓センター(循環器内科・心臓血管外科)	午前	㊥細川/�心嶌田	㊥菊池/�心寺田	㊥菊池/�心嶌田	㊥酒井/�心嶌田	㊥菊池	-	
	夕診	-	-	-	�心川島	-	-	
脳神経外科	午前	伊﨑	蘇	伊﨑	伊﨑	蘇/秋田大学医師	秋田大学医師	
	夕診	伊﨑	-	蘇	伊﨑	-	-	
外科	午前	田嶋	張/坂井	田嶋	張/平﨑	張/田嶋	田嶋	
	夕診	-	張	-	-	-	-	
整形外科	午前	宮本	早川	宮本	宮本	宮本	早川	
	夕診	-	宮本	-	-	-	-	
歯科口腔外科	午前	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒	
	午後	-	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	-	-	
	夕診	荒/近藤	-	-	-	-	-	
皮膚科	午前	-	矢島	-	-	-	-	
	午後	-	-	-	-	-	-	
泌尿器科	午前	-	-	牧野	-	-	※三木	
	午後	-	-	牧野	-	-	-	
神経内科	午前	-	國井	-	-	-	※高橋	
精神科	午前	-	-	-	-	※馬場	-	
婦人科	午前	婦人科医師	-	-	婦人科医師	-	-	
	午後	-	婦人科医師	-	-	-	-	
足と傷の外来・形成外科	午前	※富樫	※米戸(志)(形成外科)	-	※富樫	-	-	
せぼね外来	午前	-	-	-	-	-	※東山	
	午後	-	-	-	-	※菅原/※東山	-	
物忘れ外来	午後	-	-	-	-	-	※高橋	
リウマチ膠原病外来	午前	-	-	-	-	※岸本	※池田	
	午後	-	-	-	-	※池田	-	
緩和ケア外来	午前	-	※坂井	-	-	-	-	

		13 月	14 火	15 水	16 木	17 金	18 土	19 日
内科	午前	海野/長戸	西邨/長戸	※海野/※山本/松田	西邨/西島	海野/内科医師	内科医師	休日
	夕診	西邨	-	※山本	海野	-	-	
総合診療科	夕診	-	※寺田	-	-	-	-	
心臓センター(循環器内科・心臓血管外科)	午前	㊥菊池/�心嶌田	㊥木島/�心寺田	㊥菊池/�心嶌田	㊥酒井/�心嶌田	㊥菊池	-	
	夕診	-	-	-	�心嶌田	-	-	
脳神経外科	午前	伊﨑	蘇	伊﨑	伊﨑	蘇/秋田大学医師	秋田大学医師	
	夕診	伊﨑	-	蘇	伊﨑	-	-	
外科	午前	田嶋	張/坂井	田嶋	張/平﨑	田嶋	-	
	夕診	-	張	-	-	-	-	
整形外科	午前	宮本	早川	宮本	宮本	宮本	早川	
	夕診	-	宮本	-	-	-	-	
歯科口腔外科	午前	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	
	午後	-	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	-	-	
	夕診	荒/近藤	-	-	-	-	-	
皮膚科	午前	-	-	-	小栗	-	-	
	午後	-	-	-	小栗	-	-	
泌尿器科	午前	-	-	-	佐々木	-	-	
	午後	-	-	-	佐々木	-	-	
神経内科	午前	-	國井	-	-	-	※高橋	
呼吸器内科	午前	-	-	-	-	-	盧	
婦人科	午前	婦人科医師	-	-	婦人科医師	-	-	
	午後	-	婦人科医師	-	-	-	-	
足と傷の外来・形成外科	午前	※富樫	※米戸(志)(形成外科)	-	※富樫	-	-	
緩和ケア外来	午前	-	※坂井	-	-	-	-	

		20 月	21 火	22 水	23 木	24 金	25 土	26 日
内科	午前	海野/長戸	西邨/長戸	※海野/※山本/松田	西邨/西島	海野/長戸	内科医師	休日
	夕診	西邨	-	※山本	海野	-	-	
総合診療科	夕診	-	※寺田	-	-	-	-	
心臓センター(循環器内科・心臓血管外科)	午前	㊥菊池/�心嶌田	�心寺田	㊥菊池/�心嶌田	㊥酒井/�心嶌田	㊥菊池	-	
	夕診	-	-	-	㊥菊池	-	-	
脳神経外科	午前	伊﨑	蘇	伊﨑	伊﨑	蘇/秋田大学医師	秋田大学医師	
	夕診	伊﨑	-	蘇	伊﨑	-	-	
外科	午前	田嶋	張/坂井	田嶋	張/平﨑	張/田嶋	田嶋	
	夕診	-	張	-	-	-	-	
整形外科	午前	宮本	早川	宮本	宮本	宮本	早川	
	夕診	-	宮本	-	-	-	-	
歯科口腔外科	午前	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒	
	午後	-	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	-	-	
	夕診	荒/近藤	-	-	-	-	-	
皮膚科	午前	-	矢島	-	-	-	-	
	午後	-	-	-	-	-	-	
泌尿器科	午前	-	-	牧野	-	-	-	
	午後	-	-	牧野	-	-	-	
神経内科	午前	-	國井	-	-	-	※高橋	
精神科	午前	-	-	-	-	※馬場	-	
呼吸器内科	午前	-	-	-	-	-	呼吸器内科医師	
乳腺外科	午前	吉田	-	-	-	-	-	
婦人科	午前	婦人科医師	-	-	婦人科医師	-	-	
	午後	-	婦人科医師	-	-	-	-	
足と傷の外来・形成外科	午前	※富樫	※米戸(雅)(形成外科)	-	※富樫	-	-	
せぼね外来	午前	-	-	-	-	-	※菅原	
	午後	-	-	-	-	※菅原/※東山	-	
物忘れ外来	午後	-	-	-	-	-	※高橋	
緩和ケア外来	午前	-	※坂井	-	-	-	-	

		27 月	28 火	29 水	30 木
内科	午前	海野/長戸	西邨/長戸	※海野/※山本/松田	西邨/西島
	夕診	西邨	-	※山本	海野
総合診療科	夕診	-	※寺田	-	-
心臓センター(循環器内科・心臓血管外科)	午前	㊥菊池/�心嶌田	循環器内科医師/�心寺田	㊥菊池/�心嶌田	㊥酒井/�心嶌田
	夕診	-	-	-	�心川島
脳神経外科	午前	伊﨑	蘇	伊﨑	伊﨑
	夕診	伊﨑	-	蘇	伊﨑
外科	午前	田嶋	張/坂井	田嶋	張/平﨑
	夕診	-	張	-	-
整形外科	午前	宮本	早川	宮本	宮本
	夕診	-	宮本	-	-
歯科口腔外科	午前	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤
	午後	-	荒/近藤	荒/近藤	荒/近藤
	夕診	荒/近藤	-	-	-
皮膚科	午前	-	-	-	本田
	午後	-	-	-	-
神経内科	午前	-	國井	-	-
婦人科	午前	婦人科医師	-	-	婦人科医師
	午後	-	婦人科医師	-	-
足と傷の外来・形成外科	午前	※富樫	※岩上(形成外科)	-	※富樫
緩和ケア外来	午前	-	※坂井	-	-

◎※印の付いている医師は予約の患者さんのみの診察とさせていただきます。

◎都合により担当医師が変更になる場合がございます。

◎心臓センター診療科について㊥は循環器内科、�心は心臓血管外科の略です。

◎オレンジ色のマスは女性医師が担当している枠です。

診療時間のご案内

救急・急患の方はいつでも受け付けいたします。

	午前診	午後診	夕　診	都合により休診になる事があります。詳細は誌面の診療担当医師予定表をご確認ください。
内　　科	9:00～12:00	―	17:00～19:00※1	毎週月～土曜日。夕診は月・水・木曜（水曜の夕診は予約制）
総合診療科	―	―	17:00～19:00	毎週火曜の夕診（予約制）
心臓センター（循環器内科・心臓血管外科）	9:00～12:00	―	17:00～19:00	毎週月～金曜。夕診は木曜（１階外来）
脳神経外科	9:00～12:00	―	17:00～19:00	毎週月～土曜。夕診は月・水・木曜
外　　科	9:00～12:00	―	17:00～19:00	毎週月～金曜。第２・４土曜。夕診は火曜
整形外科	9:00～12:00	―	17:00～19:00	毎週月～土曜（火・土曜は11:30まで）夕診は火曜（受付18:30まで）
歯科口腔外科	9:00～12:00	14:00～17:00	16:00～19:00	毎週月～土曜。午後診は火～木曜。夕診は月曜
皮　膚　科	9:00～12:00	14:00～16:00	―	第1・3火曜、第1・3水曜、第5木曜。※2午後診は第1・3水曜
泌尿器科	9:00～12:00	14:00～16:00	―	第１～４水曜。第２土曜（予約制）午後診は第１～４水曜
神経内科	9:00～11:30	―	―	毎週火曜。第２・３・４土曜は予約制
精　神　科	9:00～12:00	―	―	第２・４金曜（予約制）
呼吸器内科	9:00～12:00	―	―	第１・３・４土曜
乳腺外科	9:00～12:00	―	―	第３月曜
婦　人　科	10:00～12:00	14:00～16:00		毎週月・木曜。午後診は火曜

※１ 予約外の方は内科医師以外の代診となる場合があります。 ※２ 第１・３火曜、第５木曜（受付11:00まで）、第１・３水曜（受付11:30まで）

今月の特別外来（完全予約制）

足と傷の外来・形成外科	9:00～12:00	―	―	毎週月・木曜。火曜は10:30～11:30まで形成外科のみ
DMフットケア外来	9:00～12:00	―	―	毎週月・木・金曜
歩行外来	9:00～11:30	―	―	第１・３・５木曜
くつ外来	9:00～13:00	14:00～16:30	―	第１・３月曜
せぼね外来	9:00～11:00	14:00～16:00	―	第２・４土曜。午後診は第２・４金曜
物忘れ外来	―	13:00～14:00	―	第２・４土曜
リウマチ膠原病外来	9:00～12:00	13:30～16:30	―	第２金曜、第１・２土曜。午後診は第２金曜
緩和ケア外来	9:00～10:00	―	―	毎週火曜

予約受付について 診察予約・予約の変更は下記までお電話ください。

	電話番号	受付時間
一般診療予約	TEL 0234-43-8021（予約センター）	月～金曜 13:00～17:00
医療機関の方（患者さんのご紹介の場合）	TEL 0234-43-3470（地域医療連携室）	月～金曜 9:00～17:00
歯科口腔外科予約	TEL 0234-43-3434（代表）	月～木曜9:00～12:00、14:00～17:00、金・土曜9:00～12:00

医療法人徳洲会　庄内余目病院

〒999-7782　山形県東田川郡庄内町松陽 1-1-1
電　　話　0234-43-3434（代）
ファックス　0234-43-3435
E-mail　amarumehp@tokushukai.jp
病院ホームページ　http://www.amarume-hp.jp

院長　寺田　康

●基本理念●
生命を安心して預けられる病院
健康と生活を守る病院
地域に貢献する病院

●患者様の権利●
1. 人格とプライバシーを尊重される権利
2. 良質の医療を受ける権利
3. 説明を受ける権利
4. 自己決定の権利
5. 個人情報保護の権利
6. 診療情報の提供を受ける権利
7. 健康教育を受ける権利
8. 宗教的支援に対する権利

あまるめ～る6月号　No.244

■発行　2022年（令和4年）6月1日（毎月1日発行）■発行部数　4000部
■編集　庄内余目病院広報委員会　■印刷所　朝日印刷株式会社