

# あまるめ～る

庄内余目病院 広報誌

2023

10月  
No.260

【連載】予防医療のすすめ

鼠径ヘルニアって、どんな病気?…P4

—ずっと庄内で生き生きとした暮らしを—

私たちの元気の秘訣【第7回】…P8

メディカルスタッフ紹介

脳卒中認定理学療法士…P10

栗

秋を代表する滋養食「栗」。栗にはビタミンC、葉酸、食物繊維など、身体の“キレイ”と健康を保つのに必要な栄養素がたっぷり含まれています。



院長  
寺田 康  
やすし



## 極寒と灼熱

今年の夏は暑かった。

8月中旬には庄内地域の気温が38℃を超えた。その日の最高気温が全国で1位、2位だった時は、暑かったけれど少し誇らしくもあった。熱中症で体調を崩された方々には申し訳ないが、どんな分野であっても庄内が全国で有名になることは、私にとっては何となく嬉しいことなのだ。

連日の猛暑日で、例年にはなかったことにいくつか気が付いた。

まず鳥の動きが鈍く、精彩を欠いていた。冴えない。車道で餌をついぱむ鳥は、いつも車が近づく直前に、チョンチョンチョンと最小限の移動で歩道の縁石にひよいと逃げる。今年は車の接近に気が付くのが遅く、慌ててバタバタと飛んで逃げる。またある鳥は、反対車線側に逃げて、対向車に轢かれそうになっていた。路面は気温よりもさらに熱い。鳥はそこで黒い羽毛布団を身にまとっているようなものだ。熱中症で頭がボ～っとしても不思議ではない。

先日、庄内町の特定健診の診察に行った時のことだ。ペットボトルを持参していた町民を多数見かけた。今や、夏の外出の際にはペットボトルが必要品になった。

釣りにハマった患者さんが外来を定期受診した。

患者さんの体は斑にチョコレート色に日焼けしていた。日本海の海水温が上昇しているが、釣りへの影響を尋ねたところ、魚が痩せ細っているとの返事だった。夏バテで夏痩せをするのは人だけではないのだ。

厳しい庄内の冬は冷たく、そして暗く重い。そこにここ数年、過酷な夏が加わった。

### 極寒と灼熱。

庄内には、古くから極寒に耐えてきた暮らしの工夫や文化がある。しかし灼熱には、「あっちいの～」と汗を拭きながら、ただ空を見上げるだけである。

んだの～…。

さて写真は、地元  
焼酎「爽」の水割り  
に斜切りの青唐辛子  
を入れたものだ。

ピリッ！とした唐辛子の後味は、甘さゼロ、ベトベト感ゼロで夏の暑さ対策に有効だった。

ぜひ、お試しあれ。



## あまるめ～るContents

- 寺田院長の「んだんだ」通信 ..... P2
- 医食同源一旬の食材でおいしく健康にー ..... P3
- 【連載】予防医療のすすめ  
鼠径ヘルニアって、どんな病気？ ..... P4
- 一ずっと庄内で生き生きとした暮らしをー  
私たちの元気の秘訣【第7回】 ..... P8
- メディカルスタッフ紹介  
脳卒中認定理学療法士 ..... 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  
栗



## 医食同源 一旬の食材でおいしく健康にー

### ■秋の定番の味覚と言えば「栗」

栗は世界中に数多くの品種があり、大きく分けると日本栗(和栗)、中国栗、ヨーロッパ栗、アメリカ栗があります。中でも日本栗は、甘みが少なめですが、実が大きく風味が良いのが特徴です。

品種にもよりますが、8月中旬から収穫が始まり、おむね9月から10月頃が旬です。

### ■栄養価について

糖質やアミノ酸の代謝に関わるビタミンB1、高血圧予防などに良いカリウム、腸内環境を整える食物繊維が豊富に含まれています。渋皮にはポリフェノールの一種であるタンニンが多く含まれており、抗酸化作用によって老化防止やガン予防に効果があるそうです。渋皮煮などで摂取することができます。

### ■選び方や食べ方のポイント

選ぶ時は、小さな穴が開いたものや黒っぽい傷があるものは避け、ずっしりと重く、丸みがあり光沢があるものを選びましょう。

栗は収穫後に3～4日寝かせると、デンプンが糖に変わり甘味が強く感じられるようになります。常温では乾燥や虫食いの心配があるため、袋などに入れて冷蔵保管すると1週間ほど鮮度が保てます。一度茹でた栗は、密封容器や袋に入れて冷蔵保存し、2～3日で食べるようにしましょう。一度に食べきれない場合は冷凍保存がおすすめです。シンプルな茹で栗では、ほろりと崩れる食感とほんのりとした甘味が味わえます。甘露煮にすれば長期保存できます。

栄養管理室主任／大原百合子(管理栄養士)



外科医長  
小野 龍宣  
(日本消化器外科学会認定  
消化器外科専門医)

## «外科»

## 鼠径ヘルニアって、どんな病気？

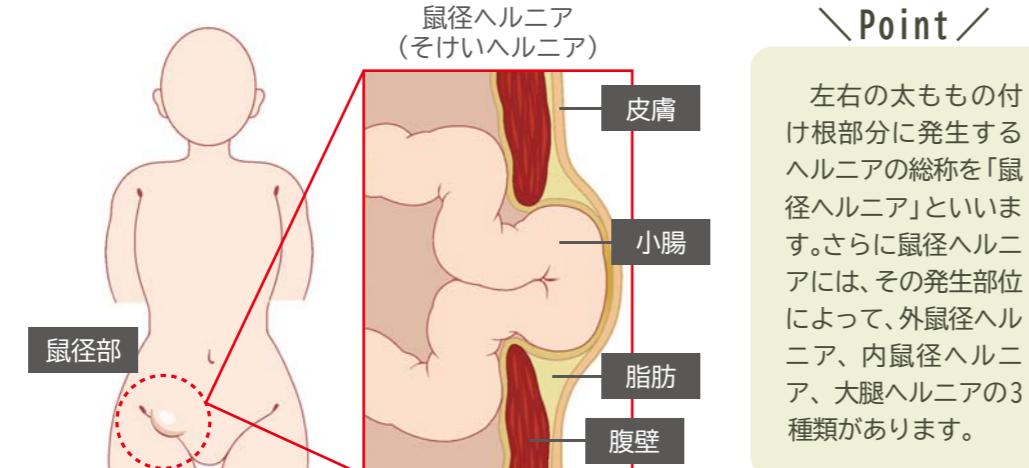
鼠径ヘルニアは、足の付け根の部分から腸管や腹膜の一部が脱出してくる病気です。放置しておくと時に命に危険が及ぶ「嵌頓」を起こす可能性があるため、症状がある場合は痛みの有無に関わらず、早期治療をおすすめします。

## 鼠径ヘルニアとは？

「ヘルニア」と聞くと、首や腰の椎間板ヘルニアを思い浮かべる方もいるかと思いますが、「ヘルニア」の語源は脱出を意味するラテン語で、何かが正常な位置から飛び出している状態のことを言います。「椎間板ヘルニア」は椎間板の成分が飛び出している状態で、「鼠径ヘルニア」は内臓（腸や脂肪）がおなかの中から足の付け根の方に飛び出している状態です。鼠径ヘルニアの場合、腸が飛び出していることもあります、いわゆる「脱腸」のことです。（図1）

典型的には、立ち上がっている状態で足の付け根にぽっこりとした柔らかい膨

## 【鼠径ヘルニアとは】（図1）



## \Point/

左右の太ももの付け根部分に発生するヘルニアの総称を「鼠径ヘルニア」といいます。さらに鼠径ヘルニアには、その発生部位によって、外鼠径ヘルニア、内鼠径ヘルニア、大腿ヘルニアの3種類があります。

らみがみられ、横になるとその膨らみが平坦になります。大きくなると男性では陰嚢まで膨らむことや、膨らみっぱなしで引っ込み、痛みを伴うこともあります。

## どうして鼠径ヘルニアになるの？

おなかの中の内臓は、腹膜という薄い膜と筋肉の層で包まれていますが、鼠径部にはもともと筋肉が欠損し壁が弱い部分があります。

生まれた時から穴が広くヘルニアを生じる場合（先天性）や、長年の生活習慣や加齢により徐々に腹膜が弱くなって、内臓が筋肉の層を超えて皮下に飛び出してヘルニアを生じる場合（後天性）があります。

後者は、おなかに力を入れることが多い人（日常的な立ち仕事、慢性的な便秘、吹奏楽器の演奏など）に多いと言われています。（図2）

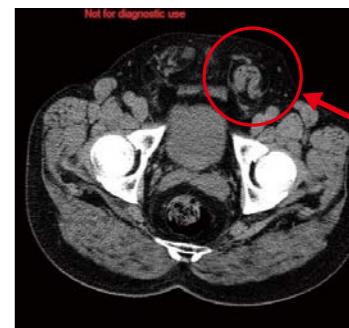
## 検査と診断について

症状の確認や身体診察で、おおよそ鼠径ヘルニアの診断をつけることができます。それに加えて当院では、特殊な撮影方法で下腹部のCT検査を行います。そしてCT画像で間違いなく鼠径ヘルニアであること、ヘルニアの内容が腸なのか脂肪なのか、どのような型の鼠径ヘルニアかなどを評価し、より安全で適切な治療に結びつけられるようにしています。（図3）

## 【鼠径ヘルニアになりやすい人】（図2）

加齢	日常生活
●特に40歳以上の男性	 ●咳をよくする人 ●妊娠している人 ●過激な運動をよくする人 
職業	 ●おなかに力がかかる仕事 ●肥満 ●立ち仕事に従事する人 
病気など	 ●便秘症 ●肥満 ●ぜんそく ●慢性肺疾患 

## 【CT画像】（図3）



腸がおなかの中から足の付け根の方に飛び出している状態が確認できます。

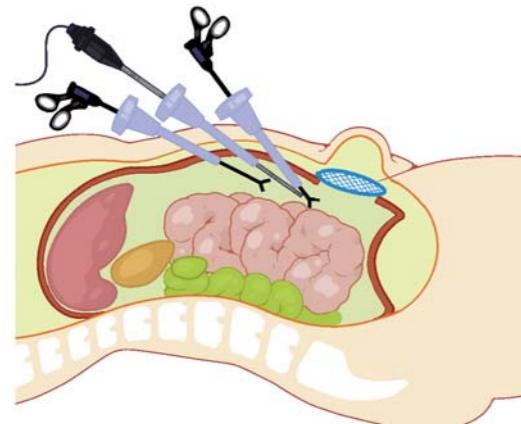
## 当院での治療法

残念ながら鼠径ヘルニアは自然に治ることはなく、薬で治すこともできません。根治するためには手術が必要です。

手術のアプローチ方法は大きく分けて2種類あり、ヘルニアが生じている鼠径部(足の付け根)を5cmほど切開し、肉眼で確認しながらヘルニアの修復を行う手術(鼠径部切開法)と、腹腔鏡を使用しておなかの中をカメラで見ながらヘルニアの修復を行う手術(腹腔鏡手術)があります。(図4)

腹腔鏡手術は高度な技術が要求されますが、傷口が小さいため体への負担が少なく、手術後の回復が早いと言われており、当院でも積極的に

### 【腹腔鏡下手術】(図4)



お腹の中にカメラ(腹腔鏡)や処置具(鉗子)を挿入して、モニターを見ながら手術を行います。

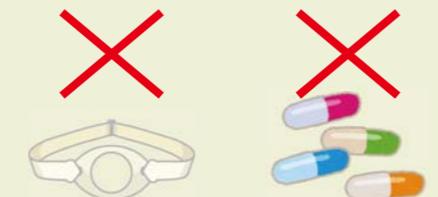
行っています。ただし、患者さんの状態によっては腹腔鏡手術ができない場合や、腹腔鏡手術より鼠径部切開法が適している場合もあり、患者さんに合わせて適切な治療法を選択するようしています。

鼠径部切開法でも腹腔鏡手術でも、ヘルニアを修復する方法は基本的に同じです。伸びてしまふった臓器を包む膜(腹膜)を周りの組織から剥がし、おなかの中(腹腔内)に戻し、弱くなってしまったヘルニアの出入り口(ヘルニア門)を補強します。補強する部分に強い緊張がかからないように、現在ではメッシュと言われる人工物を使用して補強することが一般的です。

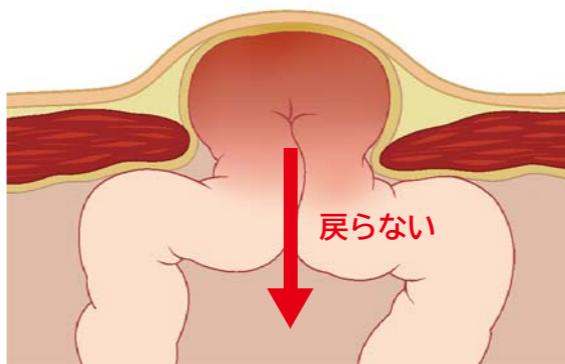
手術時は入院が必要になりますが、無事に手

### ＼治療法は手術のみ／

「ヘルニアバンド(脱腸帶)」は、身体の外から物理的に抑え込むだけで、完治はしません。お薬や注射などの薬物療法はありません。



## 【嵌頓】(図5)



嵌頓を放置すると腸が虚血(血流が減少する)の状態となり、腸閉塞や腸が壊死するケースもあります。嵌頓と診断されたら、早めの処置が必要です。

術が終了し退院されたら、基本的には以前と同じ生活を送ることができます。ただし、術後しばらくはおなかに強い圧をかけてしまうような行為(非常に重たいものを抱える、排便時に必要以上に力むなど)は控えなければなりません。

### 鼠径ヘルニアの嵌頓について

鼠径ヘルニアは出たり入ったりを繰り返しますが、出た時にはまり込んでおなかの中に戻らなくなることがあります。これはまり込んで出っぱなしになった状態を「嵌頓」と言います。(図5) 嵌頓は非常に危険で、腸閉塞の原因になることや、出てしまった腸に血液が巡らなくなると、強い痛みを伴い、腸が壊死し穿孔(腸が破れること)を起こしてしまうこともあります。嵌頓してしまった場合は早めの対応が必要になります。

## 鼠径ヘルニアにならないために

鼠径ヘルニアを予防する確実な方法は、残念ながらありません。「どうして鼠径ヘルニアになるの?」の項目で述べたように、おなかに力を入れること(腹圧をかけること)が多い人は鼠径ヘルニアを生じやすいと言われており、極端に腹圧をかける生活をしている場合は、できるだけ避けるように注意したほうがよいかもしれません。

肥満も鼠径ヘルニアの発生や悪化に影響することが指摘されており、適切な体型を維持することも予防につながる可能性があります。

### さいごに

鼠径部(足の付け根)に膨らみがあり、立っていると膨らんで、横になると引っ込むような場合には鼠径ヘルニアが疑われます。

ご自分で膨らみを自覚していても、痛みがないからと放置している方もよくいらっしゃいますが、自然に治ることはできません。はまり込んで嵌頓になれば、強い痛みを伴うだけでなく腸の壊死や穿孔を招き、緊急手術が必要になることもあります。

「そういえば前から足の付け根に膨らみを感じことがあるな」という方や、「立ち上がって足の付け根を触ってみるとしこりに触れる」という方は、鼠径ヘルニアかも知れません。早めに受診して診察・検査を受けましょう。

—ずっと庄内で生き生きとした暮らしを—

# 私たちの元気の秘訣

シリーズ記事

【第7回】

年齢を重ねても元気に活躍し続ける地域の皆さんに、日々の活動や元気の秘訣などについてお話を伺うシリーズ記事です。今回は、体と環境に優しい伝承野菜の保存活動を行う研究所の方にインタビューしました。



山澤 清さん (76)

株式会社ハーブ研究所 代表取締役

瀕しても種を受け継ぐように保管しておくという役割があります。

山澤さんがこの活動を始めたのは、庄内町跡地域の「和からし」との出会いがきっかけでした。「跡地域はさ、昔は水利が悪くて稲作に向かなくて、『和からし』を作って生計を立てていた人がいっぱいいたの。でも、土地改良が進んで稲作を始める農家が増えたから、和からしの栽培は廃れてしまった。今のは知らないでしょ…? 自家用に育てていた人から種を分けてもらってさ。なくなってしまったカラシナの原種も、何年もかけてやっと今の形まで復元できた。種は受け継ぐ人がいなければ、その種が築いてき

## 消えかける「在来種」の種。その命を未来へつなぐ

鶴岡市羽黒町にある、約300坪もの大きなハウス。ここは、全国各地から集めた約500種類の伝承野菜の種苗を育生し保存している研究所です。伝承野菜とは、その土地で古くから作られてきた在来種のことです。何代にもわたって採種を繰り返していく中で、その土地の気候風土にあった野菜として確立してきたものをいいます。

この研究所を運営する山澤清さんは、もとは庄内で農薬や農機などの指導を行う農業エンジニアでした。しかし、農薬や化学肥料がもたらす環境、健康への深刻な影響を目にし、日本の農業の在り方に疑問を抱いた山澤さんはZ農業エンジニアを辞職。その後は安全な農業を模索し、約40年前から農薬や化学肥料を一切使わないオーガニック農法でハーブを育て、環境にも人も優しい無添加化粧品を開発しました。現在はそこで確立した有機循環農法を活用して、全国各地の在来種の野菜を育て、その種を守り続けるシードバンク（種子銀行）を保有しています。シードバンクとは種の貯蔵庫のようなもので、植物の種子を人の手で保管する施設・団体のことを指します。また、このシードバンクには、地球上のさまざまな植物の種子を遺伝資源として採取し、もし生息地で絶滅の危機に



和がらしの元となる、カラシナの原種を見せてくれる山澤さん。

た歴史文化も全部なくなっちゃうのよ」

和がらしはその製粉にもこだわり、完熟する前に乾燥させることできれいな緑色を保った「跡の和からし」が完成します。古くからある「和がらし」の生産者は全国で数少なく、次世代に残したい貴重なスパイスです。

長い年月がかかり根気のいる活動ですが、「誰もやらないことだし、暇だからできんのよ」と笑う、山澤さん。こういった在来種の栽培は各地の農家で細々と続けられていますが、どこも高齢化や後継者不足でその種を未来に残していくことが課題です。種苗の保存に関する経験と知識に富んだ山澤さんの下には、全国各地の在来種の種が集まっています。さらに問題なのは、現在、市場に出回る野菜の多くは在来種をベースに品種改良された「F1雑種」というもので、その種をまいて栽培しても同じように育たない一代限りの野菜であること。もし今後、予測できない環境変動が起こり新しい病気が蔓延すれば、「F1雑種」のような弱い種は絶滅し、食糧不足などの問題が起るかもしれません。そんな状況でも生き残る強い遺伝子を持つ在来種の種を守る活動は、未来の食糧危機を解決する糸口になると注目されています。

在来種の保存活動をはじめ、さまざまな開発や研究事業なども手掛け、日々忙しく過ごす山澤さん。その元気の秘訣を聞くと、「野菜酵素で腸活」だと。無農薬で作られた在来種の野菜は味が濃くておいしいだけでなく、腸に効く酵素や栄養素もたくさん含まれています。「食べたもので腸内環境は変わる。無農薬栽培の野菜は食べているけど、しおっちは食べられないでしょ。だから今は、育てた野菜をフリーズドライにして酵素をそのまま摂れる製品を開発していて、サプリ感覚で気軽に摂取できるようになれば…」と話す、山澤さん。

さまざまな可能性を秘めた在来種の野菜には、腸内環境を整え長生きできる体づくりのヒントがあるかもしれません。



ハウス内の野菜やハーブはすべて無農薬で栽培されています。

### Information

伝承野菜に関するお問合せなど

【株式会社ハーブ研究所】

TEL : 0234-56-3883

FAX : 0234-51-2048

定休日：土、日、祝日、年末年始



### Check/

#### 「健康寿命」を伸ばすには、「フレイル」予防がカギに

年齢とともに心身の活力が低下し、要介護状態となるリスクが高くなった状態を「フレイル（虚弱）」といいます。フレイルを予防することは、その先にある要介護状態の予防につながり、健康寿命を延ばします。

フレイルを予防するには、適度な「運動」と「栄養バランス」の取れた食生活、そして「社会活動への参加」が重要です。最近の調査では、特に「社会活動への参加」頻度の低下が、フレイルの入り口になりやすいことが分かってきました。就労やボランティア活動、趣味などのグループ活動、友人との交流など、地域社会にかかわる活動に参加することが効果的です。活動的に動くことで、心身ともに健康的な生活習慣を維持しましょう。

食べて、動いて、人とつながる、/  
ライフスタイルが効果的！



社会とのつながりを失うことが、フレイルの最初の入り口です。

出典：東京大学高齢社会総合研究機構・飯島勝矢：フレイル予防ハンドブックを元に作図

## メディカルスタッフ紹介

### 脳卒中認定理学療法士

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。

#### 脳卒中認定理学療法士とは？

日本理学療法士協会には、高い専門性を身につけた理学療法士を育成するために、認定理学療法士の制度があります。各専門領域があり、現在は運動器や脊髄障害など 22 の認定分野があります。中でも脳卒中という領域における知識と技術を身につけたのが、脳卒中認定理学療法士です。資格取得には 5 年以上の実地経験や所定の実地研修の履修が求められ、認定分野毎に定められたカリキュラムや研修会を受講し、認定試験に合格する必要があります。



Q 当院での主な業務は？  
私は回復期リハビリテーション病棟を担当



しており、脳卒中や骨折後の患者さんに関わる機会が多いです。病気の状態や回復時期に応じて、どうしたら患者さんご自身ができる動作を増やすことができるか、歩けるようになるかをいつも考えながらリハビリに取り組んでいます。

#### Q やりがいなど教えて下さい。

リハビリ当初は動くことが難しい患者さんが、少しずつ歩けるようになったり、1人でトイレに行けるようになったりすると嬉しく思います。何より患者さんやご家族の方の喜ぶ表情を見ると、この仕事をやっていてよかったなと感じます。

脳卒中になると、手足の麻痺、感覚や言語の障害など様々な神経障害が出るため、回復にはどうしても時間がかかります。リハビリも長期間に渡ることがあります。退院後の生活を笑顔で過ごしていただけるように、リハビリ生活を精一杯サポートさせていただきます。

## おうちで気軽に！ かんたん体操

今回は「便秘改善のストレッチ」

「今年の夏は、記録的な暑さで運動は危険！」という状態でしたが、やっと動きやすい季節になりました。今回は便秘対策のストレッチをご紹介します。寝たままできるので、気軽にに行ってみてください！

健康推進センター・健康運動指導士  
高橋 未央



### 1. 股関節のストレッチ(3 セット)

①仰向けになり、お尻の下にクッションを敷きます。息を吸いながら、両足を伸ばしたまま、天井に向けて持ち上げます。



②息を吐きながら、足の付け根から足先までゆっくり内側にねじります。息を吸いながら正面に戻したら、今度は外側にねじります。



③息を吐きながら、足を前後に開きます。息を吸いながら戻し、足を入れ替え、同じように前後に開きます。



### 2. ひねりストレッチ(3 セット)

この時、右肩が床から浮かないように注意しましょう。



①仰向けになり両ひざを立て、両腕を真上に伸ばし、右ひざを上にして足を組みます。  
※お尻の下に 5 cm くらいのクッションまたはタオルを敷きます。



②息を吐きながら、ゆっくりと両足を左側に倒します。足を倒したら、身体の力を抜き 2 回深呼吸しましょう。その後、息を吸いながら足を元に戻し、足を入れ替えて同じように行いましょう。

#### 健康推進センター利用者募集中



健康づくり、体力維持のために運動を始めてみませんか？  
1 回 500 円（週 1 回以上）  
【お問い合わせ・お申し込み先】  
☎: 0234-43-3434 (代)  
担当：高橋・島谷

## お知らせ

## 10・11月開催「いきいき健康講座」のご案内

当院では地域の皆さんの健康づくりのため、「いきいき健康講座」を毎月開催しています。参加を希望される方は、下記担当者までご連絡ください。

日時：2023年10月17日（火）  
14:00～15:00（13:45受付）

【講演テーマ】  
「ひざの痛みでお悩みの方へ」  
～痛みの原因・治療法について～

整形外科部長  
ひがの ゆきまさ  
日向野 行正



入場無料

事前申し込み

日時：2023年11月1日（水）  
14:00～15:00（13:45受付）

【講演テーマ】  
「大腸がんを学ぼう」  
～早期発見と治療について～

外科医長  
おの たつおり  
小野 龍宣



定員 各日 40名 ※定員になり次第、受付終了

会場 狩川まちづくりセンター（庄内町立川複合拠点施設内）

住所：東田川郡庄内町狩川大釜22

お申し込み先 ☎ 0234-43-3434（代）担当／企画課 遠藤・山木までご連絡ください。  
(電話受付時間：月～金曜9:00～17:00、土曜9:00～12:00)

## 無料出張医療講演の依頼を承ります

講演会費用は一切かかりません。開催形式は対面式またはオンラインからお選び頂けます。各種研修会や会合、町内会、慰労会、婦人会、学校の保健教育などの際に、ぜひご利用ください。

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)

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!

## TOPICS

## 酒田四中2年生の職場体験を行いました

9月6日（水）、7日（木）に酒田市立第四中学校2年生の皆さんの職場体験がありました。1日目は院内見学でリハビリセンターや薬局、医療相談室などを訪問しました。2日目はそれぞれの希望職種での選択実習で、実際に医療機器に触れたり、栄養指導や調剤業務を体験してもらいました。また、一次救命処置法の訓練にも挑戦し、慣れないながらも一生懸命に取り組む様子が印象的でした。参加した学生さんからは「医療の現場を間近で見ることができてよかったです」「病院や医療のことにさらに興味がわいた」など、嬉しい感想をいただくことができました。（企画課／山木）



## お知らせ

## 読者の皆さんからお便りを募集しています

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んから募り、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



＼お待ちしています／

## 編集後記

夏の暑さを乗り越えてようやく秋になりましたね。今年も新米の時期がやってきました！つやつや光る新米。皆さんは何と一緒に新米を食べたいですか？たらこ、いくら、梅干し、海苔と、いろいろありますね。食欲の秋は、おいしいものをいっぱい食べて健康な体を作っていきましょう！（通所リハビリ／遠藤）

		2月	3火	4水	5木	6金	7土	8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	
	夕診	西邨	-	※山本	海野	-	-	
総合診療科	午前	-	※寺田	-	-	-	-	
	夕診	●細川/●鳴田	●菊池/●川島	●菊池/●鳴田	●酒井/●鳴田	●菊池/●川島	-	
心臓センター (循環器内科・心臓血管外科)	午前	●細川/●鳴田	●菊池/●川島	●菊池/●鳴田	●酒井/●鳴田	●菊池/●川島	-	
	夕診	-	-	-	●菊池	-	-	
脳神経外科	午前	伊崎	蘇	伊崎	伊崎	蘇/秋田大学医師	秋田大学医師	
	夕診	伊崎	-	蘇	伊崎	-	-	
外科	午前	横山/小野	張/坂井	横山	張/平崎	張	-	
	夕診	-	張	-	-	-	-	
整形外科	午前	日向野	早川	宮本	日向野	宮本	菅谷	
	夕診	-	宮本	-	-	-	-	
歯科口腔外科	午前	荒/那須	荒/那須	荒/那須	荒/那須	荒/那須	那須	
	午後	-	荒/那須	荒/那須	荒/那須	-	-	
皮膚科	午前	-	矢島	-	-	-	-	
	午後	-	-	都筑	-	-	-	
泌尿器科	午前	-	-	都筑	-	-	-	
	午後	-	-	-	-	-	-	
神経内科	午前	-	國井	-	-	-	-	
	午後	-	-	-	-	-	-	
呼吸器内科	午前	-	-	-	-	-	呼吸器内科医師	
	午後	-	-	-	-	-	-	
婦人科	午前	田村	-	-	田村	-	-	
	午後	-	田村	-	-	-	-	
形成外科	午前	※富樫	※米戸(雅)	-	※富樫	-	-	
	午後	-	-	-	-	-	※東山	
せぼね外来	午前	-	-	-	-	※菅原/※東山	-	
	午後	-	-	-	-	-	-	
リウマチ膠原病外来	午前	-	-	-	-	-	※リウマチ膠原病科医師	
	午後	-	※坂井	-	-	-	-	
		9月	10火	11水	12木	13金	14土	15日
内科	午前	-	西邨/長戸	※海野/※山本/松田	西邨/西島	海野/長戸	内科医師	
	夕診	-	-	※山本	海野	-	-	
総合診療科	午前	-	※寺田	-	-	-	-	
	夕診	●木島/●川島	●菊池/●鳴田	●酒井/●鳴田	●菊池/●川島	-	-	
心臓センター (循環器内科・心臓血管外科)	午前	●木島/●川島	●菊池/●鳴田	●酒井/●鳴田	●菊池/●川島	-	-	
	夕診	-	-	●川島	-	-	-	
脳神経外科	午前	-	蘇	伊崎	伊崎	蘇/秋田大学医師	秋田大学医師	
	夕診	-	-	蘇	伊崎	-	-	
外科	午前	-	張/坂井	横山	張/平崎	張/小野	-	
	夕診	-	張	-	-	-	-	
整形外科	午前	ス	早川	宮本	日向野	宮本	早川	
	夕診	ボ	宮本	-	-	-	-	
歯科口腔外科	午前	ハ	荒	荒/那須	荒/那須	荒/那須	荒	
	午後	の	荒	荒/那須	荒/那須	-	-	
皮膚科	午前	の	-	小栗	-	-	-	
	午後	の	-	小栗	-	-	-	
泌尿器科	午前	-	-	牧野	-	-	※三木	
	午後	-	-	牧野	-	-	-	
神経内科	午前	-	國井	-	-	-	-	
	午後	-	-	-	-	-	※高橋	
精神科	午前	-	-	-	-	※馬場	-	
	午後	-	-	-	-	-	-	
婦人科	午前	-	-	田村	-	-	-	
	午後	-	田村	-	-	-	-	
形成外科	午前	ハ	※田村(梨)	-	-	-	-	
	午後	の	-	-	-	※菅原	-	
せぼね外来	午前	-	-	-	-	※岸本	-	
	午後	-	-	-	-	-	-	
リウマチ膠原病外来	午前	-	※坂井	-	-	-	-	
	午後	-	-	-	-	-	-	
		16月	17火	18水	19木	20金	21土	22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	
	夕診	西邨	-	※山本	海野	-	-	
総合診療科	午前	-	※寺田	-	-	-	-	
	夕診	●菊池/●鳴田	●川島	●菊池/●鳴田	●酒井/●鳴田	●川島	-	
心臓センター (循環器内科・心臓血管外科)	午前	●菊池/●鳴田	●川島	●菊池/●鳴田	●酒井/●鳴田	●川島	-	
	夕診	-	-	-	●鳴田	-	-	
脳神経外科	午前	伊崎	蘇	伊崎	伊崎	蘇/秋田大学医師	秋田大学医師	
	夕診	伊崎	-	蘇	伊崎	-	-	
外科	午前	横山/小野	張/坂井	横山	張/平崎	張/小野	-	
	夕診	-	張	-	-	-	-	
整形外科	午前	日向野	早川	宮本	日向野	宮本	早川	
	夕診	-	宮本	-	-	-	-	

卷之三



# 診療時間のご案内

※予約制

	午前診(9:00~12:00)	午後診(14:00~16:00)	夕診(17:00~19:00)	備考
内科	毎週月~土	一	毎週月・※水・木	夕診予約外は内科医師以外の代診となる場合があります
総合診療科	一	一	※毎週火	一
心臓センター (循環器内科・心臓血管外科)	毎週月~金	一	毎週木	夕診は1階外来
脳神経外科	毎週月~土	一	毎週月・水・木	一
外科	毎週月~金	一	毎週火	一
整形外科	毎週月~土 (火・土は11:20まで)	一	毎週火	火曜夕診(受付18:30まで)
歯科口腔外科	毎週月~土	毎週火~木 (14:00~17:00)	毎週月(16:00~19:00)	一
皮膚科	第1・3・5火/第2・4水	第2・4水	一	第1・3・5火(受付11:00まで)、第2・4水(受付11:30まで)
泌尿器科	毎週水/※第2土	毎週水	一	一
神経内科	毎週火/ ※第3土/※第2・4日	一	一	一
精神科	※第2・4金	一	一	一
呼吸器内科	第1・3・4土	一	一	一
乳腺外科	第3月	一	一	一
婦人科	毎週月・木(10:00~12:00)	毎週火	一	一
形成外科	※第1・3・5月/※第1・3木/ ※毎週火(11:00~12:00)	第4月 (13:30~17:00)	一	一

## 今月の特別外来(完全予約制)

	午前診(9:00~12:00)	午後診(14:00~16:00)	備考
DMフットケア外来	第1・3・5月/第1・3木/毎週火	一	一
歩行外来	第1・3木(9:00~11:30)	一	一
くつ外来	第1・3月(9:00~13:00)	第1・3月(14:00~16:30)	一
せぼね外来	第1・3土(9:00~11:00)	第1・2・3金	一
物忘れ外来	一	第3土/第4日(13:00~14:00)	一
リウマチ膠原病外来	第2金/第1・3土	第3金(13:30~16:30)	一
緩和ケア外来	毎週火(9:00~10:00)	一	一

都合により休診となることがありますので、院内掲示またはお電話でご確認の上、ご来院ください。

担当医師等の詳細については誌面の診療担当医師予定表をご確認ください。

尚、救急・急患の方はいつでも受け付けいたします。

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

### 庄内余目病院

#### ●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●

- 人格とプライバシーを尊重される権利
- 良質の医療を受ける権利
- 説明を受ける権利
- 自己決定の権利
- 個人情報保護の権利
- 診療情報の提供を受ける権利
- 健康教育を受ける権利
- 宗教的支援に対する権利



当院は日本医療機能評価機構認定病院です。

病院ホームページ



病院ブログ



環境に配慮した「植物油インキ」を使用しています。



見やすく読み間違えにくいユニバーサルデザインフォントを採用しています。