

ご自由にお取りください

TAKE FREE

庄内余目病院広報誌

あまるめる

2025

6月号

No.280

特集 気になる病気・検査のお話

＼これって、老化のサイン!?!／
オーラルフレイルについて



特集 気になる病気・検査のお話

これって、老化のサイン!?! オーラルフレイルについて

最近、食べこぼす、むせることが増えた、滑舌が悪くなったと思うことはありませんか。それは加齢に伴うお口の機能の衰えを示す「オーラルフレイル」かもしれません。これらの症状は、“要介護状態のはじまりを示すサイン”として近年注目されています。

オーラルフレイルとは

オーラルフレイルとは、口の機能の“些細な衰え”のことを意味します。滑舌の低下や食べこぼし、わずかなむせ、硬い物が噛めなくなった、口の乾燥などといった症状からはじまり、見逃しやすく気づきにくいという特徴があります。また、オーラルフレイルはいくつかの段階を踏んで進行すると言われており、症状を見逃

さないことが大切です。

オーラルフレイルの進行としては、まず口腔機能への関心が低下し、むし歯や歯周病などになって歯が抜けたり痛みが出てきます。次に「噛む」「飲み込む」といった口腔機能が低下することで、食事自体が満足にできず低栄養や体力の低下につながります。

また、口腔機能が低下すると舌の機能も衰えて会話がしづらくなるので、外出や人と話すことが億劫になり社会的に孤立してしまう恐れがあります。さらに口腔機能が低下すると、咀嚼や嚥下に障害が起こり、要介護の状態になるリスクが高まります。

このように、オーラルフレイルは加齢による口腔機能の低下に、社会的なつながりからの孤立、うつや精神的な要因など、さまざまな原因が重なって起きるとされています。

特にコロナ後は、外出自粛といった生活環境の変化で、人と話をしたり、食事をする機会が減った人が多く、オーラルフレイルのリスクが高まっていると指摘されています。



オーラルフレイルの主な原因

オーラルフレイルの主な原因は加齢で、年齢とともに唾液の分泌量が減ったり口周りの筋肉が衰えたりすることで口腔機能が低下します。他にも、歯周病、栄養不足、寝たきりなどのさまざまな要因が複合的に作用することで、オーラルフレイルは進行していきます。

①歯周病

歯周病は歯を支える歯周組織を破壊し、歯の喪失や口腔機能の低下にもつながります。

②栄養不足

食事が十分にとれないと低栄養になります。特にタンパク質やビタミン不足は、口腔機能の低下を加速させます。

③病気

糖尿病、脳血管疾患など、さまざまな病気もオーラルフレイルのリスクを高めます。

④寝たきり

寝たきりの状態は、口腔ケアが不十分になりがちです。口腔内の乾燥や細菌の繁殖を招き、歯周病や口内炎などの口腔疾患を引き起こしやすくなります。

⑤口腔ケアの不足

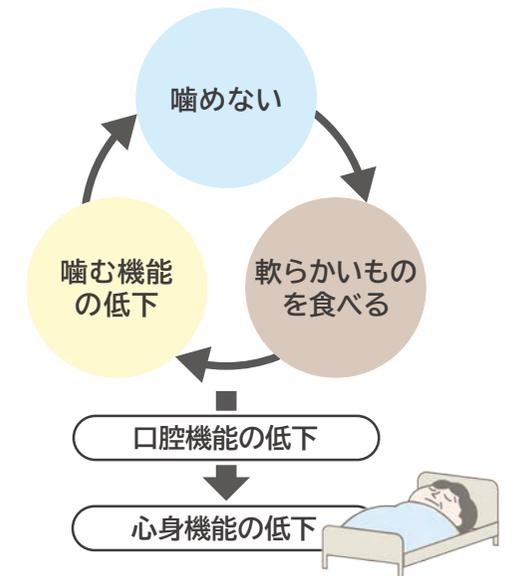
歯磨きや舌の清掃などが不十分な場合、歯垢や歯石が蓄積し歯周病や口臭の原因となります。また、入れ歯も正しく清掃できていないと口腔内に細菌が繁殖し、感染症のリスクが高まります。

オーラルフレイルを予防するには

①毎日の口腔ケア

1つ目は、毎日の歯磨きです。1日2回以上、自分に合った歯ブラシとデンタルフロス、歯間ブラシなどを使って丁寧に歯磨きをしましょう。歯の間や歯と歯肉の境目も忘れずにきれいにすることが大切です。

▼体の機能低下への負の連鎖



オーラルフレイルのリスクチェックをやってみよう!

オーラルフレイルを簡単にチェックできる問診表です。3点以上の「危険性あり」は専門的な対応が必要です。

※8項目に「はい」「いいえ」で回答し、合計点数を算出します。

質問項目	はい	いいえ
①半年前と比べて、硬いものが食べにくくなった	2	
②お茶や汁物でむせることがある	2	
③義歯を使用している	2	
④口の渇きが気になる	1	
⑤半年前と比べて、外出の頻度が少なくなった	1	
⑥ささいか・たくあん位の硬さのものが噛める		1
⑦1日に2回以上は歯を磨く		1
⑧1年に1回以上は歯科医院を受診している		1

合計の点数が
 0~2点 オーラルフレイルの危険性は低い
 3点 オーラルフレイルの危険性あり
 4点以上 オーラルフレイルの危険性が高い

東京大学高齢社会総合研究機構 田中友規、飯島勝矢教授作表

また、舌の清掃もこまめに行いましょう。舌苔^{ぜったい}と呼ばれる舌の汚れを専用のブラシなどで取り除くことで、口の中の清潔を保ち、口臭予防にもつながります。ただし、舌を傷つけることもあるのでやりすぎたり強くこすったりしないように注意しましょう。

入れ歯を使っている場合は、つけっぱなしにせず義歯ブラシと洗浄剤で清潔を保つようにします。夜寝る前は必ず外しましょう。

皆さんも「8020 運動」という言葉を一度

は聞いたことがあると思いますが、これは“80歳以上で自分の歯を20本以上残そう、自分の歯で食事をとろう”という取り組みです。これまでは口の中の健康指標は歯の数だけに注目されていましたが、今は歯の数のみではなく口腔機能の維持も大切という考え方に変わってきています。

②歯の健康を保つ食習慣

寝る前の食事や間食は控えましょう。食事では十分なタンパク質の摂取に加えて、さま

ざまな食品からバランスよく栄養素を摂取することが理想的です。軟らかいものばかり食べていると噛む力が衰えるため、普段からよく噛んで食事するように意識しましょう。

③かかりつけ歯科を定期的に受診

オーラルフレイルは、早期に発見し、適切な対応や治療を行っていけば改善できます。そのためには、かかりつけ歯科を定期的に受診し、状態が悪化する前に対処することが重要です。自宅でのケアの他に、かかりつけ歯科で継続的に口腔内の管理をしてもらうことで、生涯を通じた口の機能の維持や健康寿命を延ばすことにもつながります。

④口腔体操や唾液腺マッサージを行う

口の機能の維持のために、日常生活に舌や口周りの筋力を鍛える体操を取り入れてみましょう。無理のない程度で毎日継続することが大切です。

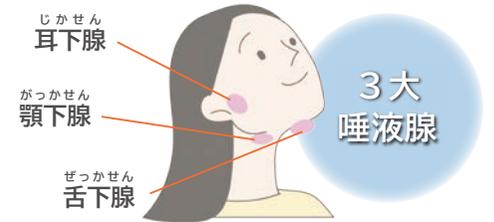
また、唾液には食べ物の消化を助け、虫歯や歯周病を防ぐ働きがあり、口の健康を守る重要な役割があります。しかし、この唾液は加齢や薬の副作用などで分泌量が減少しやすく、口の中が乾燥してしまうと細菌が増えたりや汚れもつきやすくなります。口臭や味覚の低下、食べづらいなどのお口のトラブルにつながることもありますので、唾液の分泌を促す唾液腺マッサージも試してみましょう。

さいごに

このように、口腔への健康意識を高めてオーラルフレイルを予防することは、健康寿命を延ばすためにもとても重要です。

口の機能が落ちてきたなと感じたら「歳だから…」とあきらめず、正しい歯磨きや定期的な歯科検診、口腔体操などを日々心掛けてみましょう。

3大唾液腺と唾液腺マッサージ



唾液腺マッサージの効果とは

唾液腺を優しくマッサージすることで、唾液の分泌が促されます。潤いのある健康な口に近づき、食べ物も飲み込みやすくなります。



耳下腺

上の奥歯辺りに4本の指を当て、前に向かって円を描くようにマッサージする。



顎下腺

親指を顎の骨の内側に食い込ませ、耳下から顎に向かって順番に真上に押していく。



舌下腺

両手の親指をそろえて、顎先の骨の内側から、下を押し上げるように真上にぐっと押す。

今回お話ししたのは

歯科口腔外科
歯科衛生士

こばやし あやな
小林 綾奈



口腔体操

1. 口腔体操 (ゲー、パー、ぐるぐる、ごっくん、ペー)



ゲー
目はしっかり閉じ、目玉は下方に。口は口角を上げしっかり閉じる。

パー
目は大きく開き、目玉は上方に。口を大きく開く。

ぐるぐる
口を閉じたまま舌に力を入れ、口唇の内側をなめるように回す。(左右各1回)

ごっくん
ここで溜まった唾をごっくん!

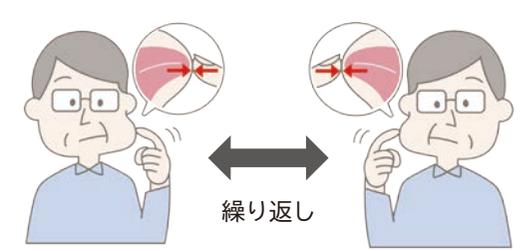
ペー
舌の先に力を入れ、しっかりと前に出す。(そのまま10秒キープ)

2. 咀嚼訓練 (噛む訓練)



ガムを噛むことで唾液が出やすくなります。食前に行うことがおすすめです。

3. 舌圧訓練 (舌の訓練)



- ①舌を頬の内側に強く押し付ける。
- ②舌先を頬の上から指でおさえる。
- ③それに抵抗するように、舌を頬の内側にゆっくり押し付ける。
- ④両頬で10回ずつ繰り返す。

寺田院長の んだんだ！通信 No.117



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

院長
てらだ やすし
寺田 康



庄内の春の色彩

今年の庄内の春は、寒暖差の大きい春だった。

桜の咲く頃、日中の気温は15～16℃であったが、朝晩は3～4℃と肌寒い日が続いた。温泉の朝風呂で常連のお爺さんが「う～、さぶいのお～」

と呻きながら、真冬に近い格好の服を脱いでいた。朝晩と昼の温度差が10℃以上あると、体調管理が大変である。

それでも植物は確実に季節の変化を告げていた。乾いた茶色一色だった庄内の田んぼの畦に、草の緑が現れた。代掻きで田んぼに水が張られると、乾いた土が水分を吸って焦げ茶色に変わる。そしてそこに菜の花が咲き黄色が加わる。淡い青空、田んぼの焦げ茶、畦の緑に菜の花の黄色、この彩りの組み合わせは、生気に溢れ生き生きとして、しかも落ち着いた安心感がある。

写真1は2017年4月、北余目駅付近で撮影したJR羽越本線下りの特急「いなほ」である。写真では緑は目立たなかったが、菜の花の黄色が見事だった。

写真2は今年4月、同じく北余目駅で撮影した上りの貨物列車である。駅の

駐車場に付いた途端に踏切が鳴った。線路を渡った先にある、いつもの定位置の下りホームから撮ることができず、慌てて周囲を見渡したところ線路脇の菜の花が目に入った。咄嗟に撮った1枚ながら、春を感じさせる1枚になった。

庄内では至る所で季節の変化を実感できていい。

んだんだ！



写真1



写真2



— Staff — Voice

働くスタッフの声をお届け



検査科
臨床検査技師

すがわら あき
菅原 輝

正確で質の高い検査を目指し、日々努力を重ねて

この職業を選んだ理由

臨床検査技師という仕事を意識し始めたのは、高校生の頃です。母の健診結果を見た時に体に関する検査値がたくさん並んでいて、これがすべて分かるようになったらすごいなと思ったことがきっかけです。医療職の中でも臨床検査技師は、病気を見つけるための重要な職業だと思ったので、資格を取得できる専門学校に進学しました。

普段はどんな業務を？

臨床検査技師の仕事は、検体検査と生理検査の2つに分けることができます。検体検査では患者さんから採取した検査材料（血液、尿、その他）の分析・測定を行い、生理検査は心電図やエコーなど直接患者さんに接して行う検査になります。

入職当初は検体検査が主で、生理検査も心電図など一部の検査だけしか担当できませんでしたが、先輩の温かいサポートのおかげで業務も徐々に覚えられて、1年目から当直業務もできるようになりました。

今年から入職3年目ですが、技術習得に時

間がかかると言われる心臓エコー検査も、ようやく担当できるようになりました。エコー検査の難しさは、機材操作だけでなく、プローブの当て方、角度、聴診など熟練の技が求められます。実際に患者さんを相手にするのは緊張しますし、病変を描出するのに苦戦することもあります。先輩たちのように異常所見を正確に把握し、精密な検査ができるように日々努力しています。

今後の展望について

検査科は「縁の下の力持ち」と思われていて、院内ではあまり目立たない部門です。でも、先輩方の多くが超音波検査士の資格があり高い目標を持っているので、その背中を見て自然と私も頑張らなければという気持ちになります。まだまだ経験不足ですが、いつかは資格取得にもチャレンジしてみたいです。

— Profile —

2023年入職（山形県酒田市出身）
趣味・特技：休日はカフェ巡りが好きで、市外までドライブすることも。愛猫“ハル”（9歳）との時間も癒やしの一つだとか。

すきま時間で
できる!

かんたん体操



腕の疲れをほぐすストレッチ

今回は、意外と疲れている腕のストレッチ方法をご紹介します。デスクワークや家事などで気づくと凝っている腕の筋肉は、定期的にはほぐすことで肩こりや頭痛の予防にもなります。

1. 手の平～腕の筋肉（前腕屈筋群）のストレッチ



- ①左の手の平を上に向けます。
- ②右手で左手の指先を後ろに引っ張って、手首を曲げていきます。
- ③手の平～腕の筋肉が心地よく伸びているところで、15秒から30秒キープします。

2. 手の甲～腕の筋肉（前腕伸筋群）のストレッチ



- ①左手の甲を上に向けます。
- ②右手で左手の手首を曲げていきます。
- ③手の甲～腕の筋肉が心地よく伸びているところで、15秒から30秒キープします。

◀ POINT 呼吸は止めずに行います。痛みが伴う場合は無理に動かさないようにしましょう。

利用者募集中!

60歳から始める体力づくり! 健康推進センター「運動教室」

健康づくり、体力維持のために、一緒に運動を始めてみませんか?利用者さん同士の会話も弾み、日々楽しい雰囲気の中で活動しています。

- 1回500円(月会費不要)、週1回～
- 見学・無料体験OK、送迎サービスあり

【お問合せ・お申込み先】☎ 0234-43-3434 (代) 担当: 高橋・島谷

利用概要や紹介動画を
サイトで紹介中

スマホは
こちらから
アクセス!



健康推進センター
健康運動指導士
IHTA認定シニアヨガIR
しま かずなり
島谷 一成

TOPIC

徳洲会主催のTCLS講習会を開催しました

4月12日(土)、13日(日)に、当院にてTCLS(徳洲会二次心肺蘇生救急教育)講習会が開催され、21名の職員が参加しました。これは医療従事者が高度な救命処置を学ぶもので、日本救急医学会の認定プログラムになっています。

初日は心肺停止の病態について学ぶ講義があり、その後、練習用の人形と実際の医療機器を用いて、心拍や心電図の確認、心臓マッサージ、補助換気(人工呼吸)、除細動器(電気ショック)の実習を行いました。2日目の試験では、受講者の全員が合格。まだ肌寒い時期でしたが、参加者の熱意や積極性が感じられ、充実した講習会になりました。(臨床工学技士/佐藤)



INFO

無料出張医療講演会の依頼を承ります

当院では、地域に向いて無料医療講演会を開催し、地域の皆様の疾病予防や健康維持のお手伝いをしています。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。町内会や介護予防サロン、職員研修、学校の保健教育などの際に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)

講演テーマやお申し込みについては
下記WEBサイトまたはお電話で!

余目病院 医療講演 検索



スマートフォン
からも申し込みOK!

☎0234-43-3434(代表)
担当/企画課 遠藤・山木
受付時間:月～金曜 9:00～17:00、
土曜 9:00～12:00
※祝日は除く

Try!

間違い探し

2枚の絵には違うところが5つあります。探してみましょう!



答えは、病院サイトの広報誌「あまるめーる」紹介ページに掲載しています⇒

あまるめーる 検索

2025年6月 診療担当医師予定表

【診療時間】 午前診 (9:00 ~ 12:00) 午後診 (14:00 ~ 16:00) 夕診 (17:00 ~ 19:00) *青字は完全予約制です

受付時間	※1 (17:00 ~ 18:30) ※2 (9:00 ~ 10:50) ※3 (9:00 ~ 11:30)
診察時間	※4 (14:00 ~ 16:30) ※5 (14:00 ~ 17:00) ※6 (17:00 ~ 19:00) ※7 (11:00 ~ 12:00) ※8 (13:30 ~ 17:00) ※9 (9:00 ~ 11:00) ※10 (13:30 ~ 16:00)

		1日	2月	3火	4水	5木	6金	7土	8日	9月	10火	11水	12木	13金	14土	15日
内科	午前	海野長戸	西邨長戸	海野松田	西邨西島	海野小野	担当医			海野長戸	西邨長戸	海野松田	西邨西島	海野小野	担当医	
	夕診	西邨			海野				西邨			海野				
総合診療科	夕診		寺田						寺田							
心臓センター (循環器内科・ 心臓血管外科)	午前	循・細川 心・篤田	循・菅原 心・川島	循・菊池 心・篤田	循・脇田 心・篤田	循・菊池 心・川島			循・細川 心・篤田	循・大野 心・川島	循・菊池 心・篤田	循・脇田 心・篤田	循・菊池 心・川島			
	夕診				循・菊池							心・川島				
脳神経外科	午前	伊崎	蘇	蘇	伊崎	担当医	担当医		伊崎	蘇	蘇	伊崎	担当医	蘇	担当医	
	夕診	伊崎		蘇	伊崎				伊崎		蘇	伊崎				
外科	午前	小野	張	張	張平崎	張小野			小野	張	張	張平崎	張小野			
	夕診		張※1							張※1						
整形外科	午前	日向野	日向野	宮本	休診	宮本	菅谷※2		日向野	宮本	宮本	日向野	宮本	早川※2		
	夕診		宮本※1							宮本※1						
婦人科	午前	田村			田村				田村			田村				
	午後		田村							田村						
小児科	午前	菅本※3	菅本※3	菅本※3	菅本※3	菅本※3			菅本※3	菅本※3	菅本※3	菅本※3	菅本※3			
	午後	菅本※4	菅本※4	菅本※4	菅本※4				菅本※4	菅本※4	菅本※4	菅本※4				
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		荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	
	午後	荒那須※5	荒那須※5	荒那須※5	荒那須※5				荒那須※5	荒那須※5	荒那須※5	荒那須※5				
	夕診	荒那須※6							荒那須※6							
皮膚科	午前		矢島※2								小栗※3					
	午後										小栗					
泌尿器科	午前			都筑							牧野					
	午後			都筑							牧野					
神経内科 (物忘れ外来)	午前		國井						國井					高橋		
精神科	午前												馬場			
呼吸器内科	午前														担当医	
形成外科	午前		奥山※7							本荘※7						
	午後								福田※8							
せぼね外来	午前													菅原※9		
	午後						菅原 東山								菅原	
リウマチ膠原病外来	午前						岸本							担当医※9		
	午後											小野※10				
乳腺外来	午前															

16月	17火	18水	19木	20金	21土	22日	23月	24火	25水	26木	27金	28土	29日	30月	備考
海野長戸	西邨長戸	海野松田	西邨西島	海野小野	担当医		海野長戸	西邨長戸	海野松田	西邨西島	海野小野	担当医		海野長戸	
西邨			海野				西邨			海野				西邨	
	寺田							寺田							
循・菊池 心・篤田	心・川島	循・菊池 心・篤田	循・脇田 心・篤田	循・菊池 心・川島			循・細川 心・篤田	循・担当医 心・川島	循・菊池 心・篤田	循・脇田 心・篤田	循・菊池 心・川島			循・菊池 心・篤田	
			心・篤田							循・菊池					
伊崎	蘇	蘇	伊崎	担当医	担当医		伊崎	蘇	蘇	伊崎	担当医	担当医		伊崎	
伊崎		蘇	伊崎				伊崎		蘇	伊崎				伊崎	
小野	張	張	張平崎	張小野			小野	張	張	張平崎	張小野			小野	
	張※1							張※1							
日向野	日向野	宮本	日向野	宮本	早川※2		日向野	日向野	宮本	日向野	宮本	早川※2		日向野	
		宮本※1						宮本※1							
田村			田村				田村			田村				田村	
		田村						田村							
菅本※3	菅本※3	菅本※3	菅本※3	菅本※3			菅本※3	菅本※3	菅本※3	菅本※3	菅本※3			菅本※3	
菅本※4	菅本※4	菅本※4	菅本※4				菅本※4	菅本※4	菅本※4	菅本※4				菅本※4	予防接種 火・木 (14:00 ~ 15:00)
荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	荒那須	
荒那須※5	荒那須※5	荒那須※5	荒那須※5	荒那須※5			荒那須※5	荒那須※5	荒那須※5	荒那須※5	荒那須※5			荒那須※5	
荒那須※6							荒那須※6							荒那須※6	
	矢島※2							矢島※2		小栗※3					
										小栗					
		柳澤							柳澤	牧野					
		柳澤							柳澤	牧野					
	國井							國井				高橋	高橋	物忘れ外来 不定期 (13:00 ~ 14:00)	
										馬場					
												担当医			
吉原	渡會※7														
吉田															

- 一般の方 (診療予約)
- 予約センター (小児科・歯科口腔外科以外の予約) ☎ 0234-43-8021 (直通) 月~金曜 13:00~17:00
 - 小児科 ☎ 0234-43-3434 (代表) 月~金曜 8:30~16:00 (当日予約可)
 - 歯科口腔外科 ☎ 0234-43-3434 (代表) 月~木曜 9:00~12:00、14:00~17:00、金・土曜 9:00~12:00
- 医療機関の方 (患者さん紹介)
- 地域医療連携室 ☎ 0234-43-3470 (直通) 月~金曜 9:00~17:00、土曜 9:00~12:30

- 【足の特別外来】(完全予約制、再診のみ受付可)
- フットケア外来 第1・3月曜、第1・3木曜、毎週火曜(9:00~12:00)
 - 歩行外来 第1・3木曜(9:00~11:30)
 - <つ>外来 第1・3月曜(9:00~13:00、14:00~16:30)

都合により、変更や休診となる場合がありますので、最新の診療予定はお電話または病院ホームページの外来担当表でご確認ください。尚、救急・急患の方はいつでも受付いたします。

病院ホームページの
外来担当表はこちら



診療科・外来科目

内科	消化器内科	循環器内科	呼吸器内科	腎臓内科(人工透析)
外科	整形外科	形成外科	脳神経外科	呼吸器外科
心臓血管外科	内視鏡外科	大腸・肛門外科	消化器外科	皮膚科
泌尿器科	婦人科	小児科	精神科	神経内科
リハビリテーション科	放射線科	歯科口腔外科	麻酔科	
フットケア外来	くつ外来	歩行外来	乳腺外来	
せぼね外来	物忘れ外来	リウマチ膠原病外来	(標榜診療科:24、特別外来:7)	

《外来受診のご案内》

各診療科によって診療日時や受診予約(各専用ダイヤル)が異なります。詳細は本誌の診療担当医師予定表をご確認ください。

もくじ

- 02 【特集】気になる病気・検査のお話
＼これって、老化のサイン!?!/
「オーラルフレイルについて」
- 06 寺田院長のんだんだ!通信
「庄内の春の色彩」
- 07 Staff Voice
「臨床検査技師」
- 08 すきま時間でできる!かんたん体操
- 09 インフォメーション
- 10 2025年6月診療担当医師予定表

ご意見・ご感想募集

広報誌「あまるめーる」へのご意見やご感想、取り上げてほしい健康や医療のテーマなどを募集しています。住所、氏名、年齢、ご意見・ご感想をご記入の上、下記宛て先までハガキまたはEメールでお送りください。抽選で記念品をプレゼントします。

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

【メールの場合】kikaku@amarume-hp.jp

公式 LINE アカUNT

健康講座などのイベント情報や外来予定表、受診予約などをご案内しています。ご登録お待ちしております!



● 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

● 医療における子どもの権利 ●

1. 人として大切にされ、自分らしく、生きる権利
2. 子どもにとって一番よいことを考えてもらう権利
3. 病院などで親や大切な人といっしょにいる権利
4. 必要なことを教えてもらい、自分の気持ち・希望・意見を伝える権利
5. 希望どおりにならなかったときに理由を説明してもらう権利



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
TEL: 0234-43-3434(代表) FAX: 0234-43-3435



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
URL: http://www.amarume-hp.jp/

発行: 庄内余目病院 / 企画・編集: 庄内余目病院広報委員会、企画広報室 / カバーデザイン・イラスト制作: ふるせしおり
※本誌に掲載されている記事・写真・イラストの無断転載・転用および複製等のご遠慮ください。



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。