じんせい

池　三二雄　三愛病院放射線室長

社会医療法人仁生会細木病院グループ情報誌　http://jinsei-kai.c.ooco.jp/

2017（平成29）年
7
No.367

真の、つながりを、細木病院から発信します！
『まっことネット細木』オープン

6月1日、高知市上町5丁目のピュアリフレビル1階のフロアに、子どもから高齢者まで、地域住民が自由に集うことのできる交流スペースで、お互いに支え合い生活できる地域を作っていくことをコンセプトとして、『まっことネット細木』がオープンしました。

近年、通信技術は栄え、昔よりも物は豊富にあふれていますが、テロや殺人など悲惨なニュースを毎日、目にするようになりました。また、ネット上のいじめなども多く、暮らしにくい殺伐とした世の中になっていると感じている人も少なくないと思います。そんな今だからこそ、お互いがお互いに支え合うこと、もっと地域でつながっていくことが必要だと思います。

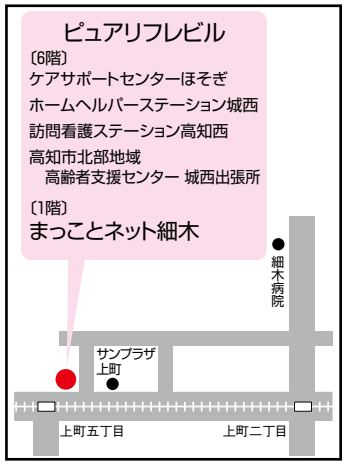
毎週月曜日から金曜日まで受け付けしている「介護相談」のほか、健康や介護に関する「まっこと講座」、当院の糖尿病看護認定看護師による「糖尿病生活相談」など、無料で自由に参加できます。7月からは、「子育てひろばつみき」も月1回開催します。また、社会福祉法人土佐あけぼの会の移動販売、高知市社会福祉協議会のきずな農園による野菜販売も定期的に開催していきます。さらに、高知県立盲学校での授業風景の写真や作品を展示したり、地域の方々の写真展などの個展も計画しています。

真（まっこと）の、つながり（ネット）を、細木病院から発信していきます。皆様、ぜひご期待ください。

（在宅部長　廣井三紀）

『まっことネット細木』のオープンで挨拶する細木秀美理事長

「糖尿病生活相談」の様子



「介護相談」		月曜日～金曜日 9時～16時
月替わりの講座など	「まっこと講座」 健康や介護に関するミニ講座	第2・第4水曜日 15時～15時30分
	「糖尿病生活相談」 糖尿病看護認定看護師による生活相談	第1・第3木曜日 13時～15時
	「防災教室」 防災士の職員による防災に関するお話	第4金曜日 15時～15時30分
	「子育てひろば つみき」	第1火曜日 10時～12時

＊参加は無料です。土・日・祝日、12/31～1/3はお休みです。

お問い合わせ先　☎090－7788－1305

時事エッセー

ウナギのかば焼き

仁生会理事長
細 木 秀 美

昔から日本人は、土用の丑の日には、ウナギのかば焼きを食べる風習がある。終戦後間もなくでも、母がウナギを食べさせてくれた思い出がある。かば焼きを焼いている時の匂いが、たまらなく食欲をそそる。日本人は、本当にウナギのかば焼きが好きな国民だと思う。もちろん、私もご多分に漏れず大好きである。最近は、日本固有のウナギは本当に少なくなってきて、外国産がほとんどらしいし、スーパーなどで、いつでも買うことができる。

ウナギのかば焼きは、江戸時代の前半までは、ウナギを輪切りにして焼いていたらしい。18 世紀の中頃になって、初めて今のように開いて焼き始めたようだ。日本人は、魚は生で食べるのが大好きな国民なのに、どうして、ウナギは刺身のように生では食べないのだろうかと漠然と思っていた。最近、ある本を読んでいて教えてもらった。ウナギは、体内にコラーゲンが多くて、生で食べるには硬すぎるようだ。しかも、ウナギの皮膚の粘液には毒があり、わずか 3.1μgの粘液で実験用のネズミの半数が死亡する。血液の中にも毒素があって、血清 0.3 ～ 0.79ml の量でネズミが死亡するらしい。もしも、私たちが誤って口にすると、すごい灼熱感があるらしい。皮膚の傷の部分に付着すると、炎症を起こすらしい。しかし、加熱するとウナギの筋肉のコラーゲンも軟らかくなり、しかも、同時に毒素も消え、全てが解決する。そうか、だからウナギは焼いたり、蒸したりして食べるのかと初めて納得した。

日本産のウナギの養殖が容易にできるようになれば、おいしい日本産のウナギのかば焼きが、いつでもどこでも食べられるのだが…。

介良地域の皆様へ

老後の生活を優しく応援します。
お気軽にご相談ください。

サービス付き高齢者向け住宅
『イチゴいちえ』
☎ 088-860-1586
〒781-5106 高知市介良乙3042-1

地域密着型通所介護
『デイサービスいちご学校』
☎ 088-878-4000
〒781-5106 高知市介良乙3034-1

三愛病院

訪問診療始めました！

訪問診療とは、病気や障害があっても、住み慣れた家で過ごしたいという方が、ご自宅に居ながら医療を受けることができる仕組みです。医師と看護師がご自宅を定期的に訪問し、患者さんがご自宅で安心して療養生活を続けられるようにサポートさせていただきます。

◆病院で行われている医療（診察・看護・薬剤提供）をご自宅で受けることができます！

健康チェック（診察・血圧測定など）
点滴の治療・薬の治療、お薬処方
定期的な検査（採血・検尿など）
療養上の相談、床ずれの処置
予防接種、酸素療法、経管栄養法
在宅ターミナルケア
経尿道カテーテル（留置）の管理
ストーマケア（人工肛門など）のケア

●訪問診療時間：
土曜日 9：00 ～ 14：00
●担当医師：大河原（おおかわら）　知治

＜お問い合わせ、
お申し込み先＞
☎ 088 - 845 - 5291（代）
三愛病院 医療相談室（澤田）
または外来（濱名）まで

熱中症と食中毒に気を付けよう！

夏場に気を付けたいのが、熱中症と食中毒です。特に熱中症は、近年、梅雨入り前から警戒情報が出るようになっています。また、食べ物が腐りやすい夏場は、食中毒に対する注意も必要です。両方とも重症になると命にかかわります。油断せずに、しっかり予防しましょう。（細木病院内科副部長　丸山　博）

熱中症対策

熱中症とは、高温多湿の環境に対応できなくなり、体内の水分や塩分のバランスが崩れ、熱がこもった状態です。7月から8月が最多ですが、6月から9月頃までよく起こります。気温、湿度の急激な上昇も熱中症のきっかけとなります。暑さに慣れていない初夏、梅雨の合間、梅雨明け、夏休み明けなどは要注意です。

熱中症が起こると、めまい、筋肉のこむら返り、大量の汗、頭痛、嘔気嘔吐、倦怠感などが現れます。重症では返事がおかしい、意識消失、けいれん、高体温などが出現します。熱中症は重症になると死に至ることがあります。熱中症が疑われ、「いつもと違う」、「調子がおかしい」と感じたら、涼しい場所に避難し、早急に医療機関を受診してください。重症の場合や自力で水が飲めない、意識がない場合には、救急対応してください。

❶「暑さを避ける」

エアコンを使用し快適な温度環境とします。カーテンなどで直射日光を防ぎます。日陰を歩き、帽子をかぶるなどして直射日光を避けてください。通気性の良い服を着て、熱と汗を逃がしましょう。保冷剤、冷たいタオルなどで、体を冷やします。

❷「こまめに水分を摂取する」

渇きを感じなくても、こまめに水分（麦茶など）を摂取します。たくさん汗をかいたときには、水分とともに塩分もとりましょう。なお、アルコール飲料は脱水を促すため、ビールなどで水分補給をしてはいけません。

❸「規則正しい生活をする」

バランスの良い食事、十分な睡眠、休養をとりましょう。

食中毒対策

食中毒は、家庭での食事でも発生しています。皆さん自身が食中毒の予防に努めなければなりません。

症状は主に、発熱、腹痛、下痢、嘔吐などです。血便もあります。発症までの時間や原因となる食物は、病原体によって異なります。夏場（6月～8月）は細菌が原因の食中毒が多く発生します。「高温多湿な環境」が関係します。多くの細菌は、人間の体温で速いスピードで増殖します。また、梅雨頃から食中毒が増え始めます。代表的な細菌は、腸管出血性大腸菌やカンピロバクター、サルモネラ属菌などです。

食中毒が疑われる症状が出たときには、こまめな水分補給を行い、医療機関を受診してください。激しい症状、複数の症状、血便の場合などは緊急です。自己判断で吐き気止めや下痢止めを使用せずに、医師の指示に従うことが大切です。食中毒予防には、次の3原則をしっかり遵守してください。

❶「つけない」

石鹸で丁寧に手洗いをします。生肉、生魚、卵を扱う前後には繰り返し手洗いをしましょう。調理器具、布巾を介した菌の付着にも要注意です。

❷「増やさない」

食材の消費期限を守りましょう。作ったものはなるべく早く食べましょう。冷蔵庫や冷凍室での保存が原則です。しかし、冷蔵庫の中でも過信は禁物です。

❸「やっつける」

細菌は熱に弱い特徴があり、加熱して食べれば安全性が高まります。肉や魚は中心までしっかり火を通すことが大切です。ただし、黄色ブドウ球菌などの毒素は熱に強いので、加熱さえすれば大丈夫と思い込むのは危険です。

熱中症の症状と重症度

分類	症状
Ⅰ度	めまい、立ちくらみ 筋肉痛、筋肉のこむら返り 大量の発汗（汗がどんどん出てくる）
Ⅱ度（中等症）	頭痛、吐き気、嘔吐 つかれやだるさといった全身倦怠感 体がぐったりする、力が入らない
Ⅲ度（重症）	返事がおかしい、意識消失 けいれん、まっすぐに歩けない、高体温

Ⅲ度（重症）や自力で水が飲めない、意識がない場合には、救急対応してください。

食中毒にかかわる主な細菌

病原体	原因食品	潜伏期間	症状
腸管出血性大腸菌（O-157）	生食用の食肉、未滅菌の井戸水など	2～7日	激しい腹痛、水様性下痢、血便など
サルモネラ属菌	卵、食肉など	6～48時間（平均12～18時間）	38℃以上の高熱、腹痛、水様性下痢など
カンピロバクター	鶏肉（とり刺し）、食肉（生）など	2～7日	高熱、水様性下痢、頭痛、腹痛など
腸炎ビブリオ	調理器具を介して汚染された野菜の一夜漬けなど	8～24時間	腹痛、水様性下痢、発熱（37～38℃）、吐き気など
黄色ブドウ球菌	おにぎり、弁当、サンドイッチなど	1～6時間（平均3時間）	激しい嘔吐、腹痛、下痢、発熱など

細木病院

第25回糖尿病セミナー開催!!

～そのときどうする？ 糖尿病患者さんと災害～

6月5日、細木病院新館地下において、第25回糖尿病セミナーが開催されました。今回は、「そのときどうする？ 糖尿病患者さんと災害」というテーマで、糖尿病療養指導士の森本真由美看護師、野口耕造理学療法士、そして㈱フタガミの防災士の楠瀬淳司さんの3名による講演がありました。森本看護師からは、近年起こった地震で被災された方の体験を踏まえ、近い将来に起こることが想定されている南海トラフ地震に対する備えについて、糖尿病患者さんの視点から話がありました。野口理学療法士からは、災害時に予測される体の変化や影響、そして対策について説明がありました。

防災士の楠瀬さんからは、特に揺れに対する対策の重要性について話がありました。家具の転倒防止やガラスの散乱への備えとして、寝室にはできるだけ家具を置かないこと、運動靴とライトを置いておくことなど、家の中での防災対策について説明がありました。また、マンションや病院などでは、排水管が建物の上下に通っていますが、地震で排水管が破損し、汚水が建物内に溢れ出すことがないよう、排水管と下水処理場の無事が確認できるまで、台所やトイレの水は流してはいけないなどの説明に、皆さん熱心に聞いていました。

また、防災企画として、『西岡Dr.の簡単ポリ袋クッキング』の実演コーナーがありました。西岡達矢副院長と安丸あい管理栄養士が、ポリ袋で作るごはん、干し大根を使った大根サラダ、ミートソースと大豆煮を使ったチリコンカンを実演紹介し、レストランメニューとしても提供しました。

そのほか、健康チェックやペン型インスリンの展示、運動療法の実践指導のコーナーにも多くの方が参加されていました。さらに、災害時の非常食や防災用品の展示など盛りだくさんの内容で大盛況でした。

なお、今回は、高知家健康パスポートの参加施設となり、セミナー参加者は、ヘルシーポイントシールがもらえる特典もありました。

来年も6月初旬にセミナーを開催し、高知家健康パスポート事業にも協力したいと考えています。より楽しく、ためになるセミナーを目標に、スタッフ全員で取り組んでいきたいと思います。多くの方のご来場をお待ちしています。

（薬剤師 田所美和）

講演中の糖尿病療養指導士の野口耕造理学療法士

あうん高知

和（わ）っしょい皆（みな）来い交流会2017開催!!

5月13日、老人保健施設あうん高知にて、『和っしょい皆来い交流会2017』が開催されました。当日の天気予報は雨となっていましたが、利用者やご家族のパワーで雨に降られることもなく、盛大に交流会を開催することができました。地域の方々の協力を得て、一輪挿し、新聞バッグ制作コーナーを設けたのをはじめ、バルーンアートも披露していただきました。行事に参加された一人ひとりが、さまざまな作品を手に、会場をまわっていました。そのほか、衣料品販売、アイスや焼き菓子販売、くじ引きなどに、子どもから大人までたくさんの方々が楽しまれました。

また今回は、あうん高知家族会のご協力により、高知センター合唱団の皆さんをお招きして、伝統芸能などを披露していただきました。アコーディオンとギターの伴奏に合わせた歌や南京玉すだれなど、どのパフォーマンスも一体感のある素晴らしい動きで、会場からは驚きや感動の声が沸き起こりました。南京玉すだれのさまざまな形に変化する様子に「次は何？何？」と会場の参加者は釘付け！職員の中には初めて見たという者もおり、軽やかな手さばきにすっかり魅了されていました。会場は割れんばかりの拍手に包まれ、終了後には、利用者から「楽しかった！」「また来てもらいたい！」との声が聞かれました。

また来年も開催しますので、皆さんぜひご参加ください。

（介護福祉士　武政龍弥）

細木ユニティ病院

ユニティ祭開催

～開院20周年 Anniversary 感謝の気持ちを込めて～

細木ユニティ病院開院20周年という節目の年を記念して、5月26日に『ユニティ祭～開院20周年Anniversary感謝の気持ちを込めて～』が開催されました。患者さんをはじめ職員や地域の方など多くの参加がありました。

記念企画として、病院20年の歴史を振り返る写真展示コーナーのほか、モグラたたき、射的、金魚すくいといった昔懐かしいゲームコーナー、院内を巡るスタンプラリーもありました。また、作業療法室、デイケアフレンズ、栄養管理室、そして外部から8つの福祉事業所による出店がずらりと並び、雑貨や食品などが販売されました。参加された皆さんは、写真展を見て当院の歴史を感じたり、ゲームでは子どもの頃を思い出してつい夢中になったり、スタンプを集めて景品をもらったりと、それぞれに楽しんでいました。

午後のイベントでは、小高坂双葉園の園児による歌とダンス、患者さんによる歌や演奏、そして手品堂さんによるほのぼのマジックショーが行われました。マジックショーでは、何もないところから花束が出てきてビックリすることもあれば、かわいいハトやウサギも突然現れ、触れることもできて、大いに盛り上がりました。

（作業療法士　細川直久）

細木ユニティ病院

ウェルカムセミナー開催

～初心を忘れずに、支え合う関係づくりのために～

5月27日、土佐市宇佐町の仁生会直営の福利厚生施設「横浪海風荘」にて、平成29年度ウェルカムセミナーを行いました。昨年度の中途採用者と今年4月の新採用者、そして先輩職員の計21名が参加しました。

ウェルカムセミナーは、新人職員同士や先輩職員との親睦を図ること、将来に向けて自分の目標を持ち行動できること、また、離職防止や職業人、医療人としての意識の覚醒をねらいとしています。

当日はまず、「自分自身の目標管理」の講義の後、新人職員に、どんな医療従事者になりたいのか将来の目標を明確に挙げて、これから取り組んでいくことを発表してもらいました。次に、より良い人間関係をつくるために、相手と対等な目線で、自分の気持ちを率直に、正直に表現することができるよう、アサーション（自己表現）トレーニングを行いました。グループでの話し合いやロールプレイングなど、頭や身体を使った体験学習を行う中で、自分なりのアサーションを獲得できたと思います。

入社式から約2か月がたちましたが、緊張感が続いている中で、少しずつ職場になじんできていると思われる時期に、海岸沿いの潮風の匂いがする院外の開放的な場所で、ウェルカムセミナーを行ったことは、とてもいい気分転換になったと思います。また、日頃あまり話す機会がない他部署の先輩との交流や同期との絆も深まったと思います。これから先、楽しいことや苦しいこと、いろいろなことがあるでしょうが、初心を忘れずに、職場の仲間たちと支え合いながら、一緒に働いていければいいなと思います。

（重度認知症患者デイケア「デイ・アルテン」室長・看護師　中山充代）

仁生会の職員の皆さんへ

福利厚生施設 "横浪海風荘"のご案内

仁生会直営の「横浪海風荘」は、職員、ご家族、さらにはお友達までご一緒にご利用いただける宿泊施設です。土佐市内から宇佐町の宇佐大橋を渡ってすぐを右に入った先にあります。1階は最大14名まで利用できる大広間、2階は4人部屋が4部屋あります。

例えば、気分転換も兼ねて1泊での職員同士のミーティングやご家族お友達も交えてのバーベキュー、卓球、カラオケなどいろいろ楽しめます。また、近隣での海水浴や釣り、貝掘りなどのレジャーも楽しむことができます。

利用にあたっては、必ず仁生会の職員が1名以上参加する必要があります。また、食事は当面各自でご準備願います。横浪海風荘の詳しいお問い合わせやお申し込みは、各病院総務課まで。

◇ご利用料金表（宿泊料）

職　員	300円	子ども	家　族	6歳以下は無料 7～12歳は半額
同居家族	500円			
親　族	1,050円		親　族 その他	大人と同額
そ の 他	2,600円			

細木ユニティ病院

音楽療法コンサートのご案内

音楽には人の心を癒し元気づける力があります。音楽療法は、音楽の持つ力を活用しながら、心身の健康維持・増進、生活の質の向上を促進する療法です。

細木ユニティ病院では、月2回ほど、**S館6階**で音楽療法コンサートを開催しています。

無料で公開していますので、**一般の方もお気軽にお越しください。**

＊駐車場はありません。公共の交通機関をご利用ください。

第382回◇光平のHOTな音楽2017
～今年も一緒に音楽を楽しみましょう～

8月4日（金）午後2時～
出演：武市　光平（エレクトーン）

武市さんは知的障害と進行性難聴がありますが、音楽が大好きで、演奏はハンディを全く感じさせません。電子オルガンコンクールでは数々の賞を受賞し、高知県の代表として何度も四国大会に出場しています。ポップス、映画音楽などさまざまなジャンルの曲をお届けします。

第383回◇世界や日本の名曲をジャズで～お洒落な夏～

8月18日（金）午後2時～
出演：堀江　眞美（歌、ピアノ）

高知県出身。日本ジャズボーカル賞、最優秀映画音楽賞などを受賞。今年、食プロ認定を受け、音楽と食のフェスティバル準備室を立ち上げ、心と身体の健康と音楽を結びつけたイベント活動も行っています。また、10月には横浜ジャズフェスティバルにてベギー葉山特別追悼コンサートに、12月より4か月間、大型豪華客船にてアメリカの一流メンバーとライブショーに出演する予定。高知と世界を結ぶ活動を続けています。

ご存じですか!? ソーシャルワーカーからのミニ情報

介護老人保健施設について

介護老人保健施設とは、介護を必要とする高齢者の自宅復帰を目指すために、医師による医学的管理の下、看護・介護によるケアの他、理学療法士等によるリハビリテーション、また、栄養管理・食事・入浴などの日常サービスまで併せて提供する施設です。介護保険で要介護認定を受けた方のうち、病状が安定していて入院治療の必要がない要介護度1～5の方で、リハビリを必要とされる方が一定期間入所できます。

三愛病院併設の「あうん高知」も介護老人保健施設で、ベッド数は66床です。病院から直接自宅に帰るには少し不安がある、自宅で生活しているがリハビリの希望のある方などお気軽にご相談ください。また、ご家族の介護負担の軽減のための定期的な入退所や、1泊からのショートステイもしております。

詳しい内容等につきましては、あうん高知の相談員または担当のケアマネジャーまで、いつでもお問い合わせください。

「あうん高知」
☎088・846・1515
（三愛病院医療相談室　浦中萌和）

あなたとあゆむ
積善会ニュース NO.107

有限会社 積善会
〒780-0926 高知市大膳町5-6 細木ビル5F
TEL：088-873-0146
FAX：088-873-0147

《売店》
細木病院 新館地下
088-822-7211(代)/内線1610
三愛病院 1階
088-845-5291(代)/内線260

みんな大好き“ミレービスケット”　好評販売中!!

大正時代創業の野村煎豆加工店さんが製造し、全国でも数件しかないミレービスケットが人気急上昇!?
ミレービスケットの製造は、至ってシンプル！ビスケット製造のために、愛知県の生地製造会社が特別選別した小麦粉を使い、こんがりキツネ色に焼き上げ、野村煎豆加工店さん独自のフライビーンズエキスが抽出された植物油で、手早くサッと揚げています。揚げたビスケット生地に天然天日塩を適度にふりかけたミレービスケットは、高知の人には特にお馴染みですが、県外の方にも、素朴でどこか懐かしいビスケットとして、口コミでご好評をいただいています。

むぎわら
麦笑の アイスぼうしパン

225円（税込）

Adagio（アダージョ）　製造

高知商業高校とアダージョの共同企画で誕生した「アイスぼうしパン」。ひんやりしっとりした「ぼうしパン」に「バニラアイス」が入った新感覚!!
これからの暑い夏にぜひお召し上がりください。

㈲積善会がお届けするインターネットショップ!
Zenショップが新しくなりました。
新製品も続々登場!!
ぜひ一度ご覧ください。

ZENショップ　検索
http://store.shopping.yahoo.co.jp/zen-shop100

皆様の健康を願って　**今月の健康目標『R-1ヨーグルトと玄米で大腸がん予防！』**

じんせい平成29年7月号（No.367）

外来担当医表

平成 29（2017）年 8 月予定

細木病院

仁生会 細木病院グループ

第二次救急医療施設（救急告示病院）

〒780-8535
高知市大膳町37
☎822-7211(代)

予約電話
873-3806
ただし、小児科は
822-7211

【健康管理センター】
予約電話
822-7264

（　）のドクターは兼務です。

★内科初診時は、基本的に専門の内科ではなく、総合診療科または一般内科での診察となります。

診療科		月 A M	月 P M	火 A M	火 P M	水 A M	水 P M	木 A M	木 P M	金 A M	金 P M	土 A M
総合診療科		堀見	丸山	中村		堀見	白神	高橋		丸山	堀見 熊谷	
一般内科		篠原 猪狩	細木 弘瀬	松田 （丸山）	篠原	高橋 （篠原）	高知大 菅沼教授 猪狩	弘瀬 （松村）	松田 猪狩	松田 （猪狩）	弘瀬 篠原 （猪狩）	担当医 （2名）
専門内科	呼吸器内科	白神	小林 （せき外来）	小林			（白神）	白神		小林	白神（禁煙外来） （弘瀬）	
	消化器内科			中内				（高橋）	中内	中内		
	循環器内科	高知大 瀬尾教授		山中		山中	中嶋	松村	高知大 松村教授 山中	杉浦		
	糖尿病・内分泌内科		西岡	丸山	熊谷 田口（甲状腺外来）	西岡 篠原	丸山	西岡 （甲状腺外来）		西山 （甲状腺外来）		
	糖尿病センター	熊谷	中村		西岡	（西岡）	中村	中村			（熊谷）	
	腎臓内科				（西岡）					高知大 寺田教授		
内視鏡センター		中内 高橋	中内 高橋	高橋 （白神）	中内 高橋	耕崎 古賀	中内 高橋	中内 廣瀬	高橋	弘瀬 高橋	中内	
外科		上地	尾崎	尾崎	堀見	上地	高知大辻井	尾崎	高知大坂本 （小児外科）	上地	高知大 花崎教授	尾崎
	乳腺・甲状腺		尾崎									
	おしりの外来	（堀見）				（堀見）	上地					
緩和ケア科 完全予約制				安藤	安藤			安藤	安藤	安藤	安藤	
脳疾患センター（脳神経外科）		栗坂	（手術）	栗坂		高知大 上羽教授		栗坂		栗坂		栗坂
整形外科 午後の診察と土曜日は手術等により変更や休診になる場合あり	1診	北岡	担当医	山川	北岡	山川	担当医	北岡	高知大池内教授 予約のみ	北岡	北岡 ～15:00	高知大 喜安
	2診	山川	高知大 武政	南場	高知大 泉	南場		山川	南場	山中		南場
	小児整形外科										山川	
小児科 乳児健診は金曜日午後、予防接種は水曜日午後と金曜日午後(完全予約制)	1診	堂野	新井	新井	新井	新井	堂野	古賀	新井	堂野	堂野 ～17:30	新井
	2診	細川	堂野	古賀	堂野	高知大医師	高知大医師 ～17:30	細川	古賀	細川	細川 ～17:30	堂野
	神経小児科 予約制		細川									小児科は土曜日午後も診察あり
	小児こころの外来 完全予約制			島崎	島崎					島崎	島崎	堂野・古賀 13:00～15:00
耳鼻咽喉科		楯	楯	楯	（手術）	楯	楯	楯	楯	楯		楯
泌尿器科				蘆田				井上				安藤
放射線科		耕崎		高知大 南口 9:00～12:00	高知大 梶原 13:30～16:30	耕崎		耕崎		耕崎		
セカンドオピニオン外来 完全予約制			（細木） 13:00～15:00									（栗坂）
健康管理センター （健診・人間ドック）		森下		森下		森下	森下・弘瀬	森下	森下・弘瀬	森下	森下	
	乳がん	尾崎		上地				上地			尾崎	
	子宮がん			濱脇								

細木ユニティ病院

★初診の方は予約制です。（8:30以降に外来まで、お電話でご予約ください。）

〒780-8535高知市西町100
☎802-3366(代)

診療科		月 A M	月 P M	火 A M	火 P M	水 A M	水 P M	木 A M	木 P M	金 A M	金 P M	土 A M
精神科心療内科	再診	吉川	吉岡	吉岡 10:00～	弘井	吉岡	弘井	岡村	吉川	弘井	吉川	吉岡（第1・3週）
				岡村 10:00～			岡村					弘井（第1・2・3週）
	新患		吉川	弘井 10:00～	岡村	岡村	吉川	吉岡		吉岡	弘井	
内科		松田 （第2・4週）				松田			岡村（漢方外来） （第2・4週） 14:00～15:30	松田 （第1・3・5週）		

三愛病院

★小児科の受付は、月・水・木・金は午後5時30分までです。（火曜日は午後5時で受付終了）

★訪問診療
土曜日9:00～14:00
担当医：大河原（おおかわら）

〒781-8136
高知市一宮西町1-7-25
☎845-5291(代)

診療科		月 A M	月 P M	火 A M	火 P M	水 A M	水 P M	木 A M	木 P M	金 A M	金 P M	土 A M
内科	1診	深田 （糖尿病外来）	小野寺	深田 （糖尿病外来）	細木 （肥満外来）	坂本	中川	中川	高知大 高崎	高知大 小笠原真	高知大 天野 （糖尿病外来）	坂本
	2診	上村（うえむら）	綿貫	小野寺 （漢方外来）	綿貫	高知大 高松 （禁煙外来）	上村（うえむら） ～16:30	深田 （糖尿病外来）	上岡 ～16:00	高知大 大山・小笠原ま （交代） （禁煙外来）	上岡 ～16:00	高知大 担当医・岩崎 （交代）
内視鏡		小野寺				小野寺						
小児科		橋詰		高知大 石原／高知大 北村 （交代）　高知大 浦木		橋詰		橋詰		橋詰		橋詰
耳鼻咽喉科		市川		市川		市川	市川 （第2・4・5週）	市川		市川	高知大 池永・田中 （交代）	市川
レディス外来					相良（さがら）				相良（さがら）			
整形外科 月・火・土は予約制		高知大五十嵐 9:30～12:00		高知大岡上 9:30～12:00		森田		森田		森田		高知大 泉 9:30～12:00
皮膚科 予約制												高知県立大 池田（隔週）
形成外科（美容） 予約制		三好 9:15～11:30		三好 9:15～11:30		三好 9:15～11:30				三好 9:15～11:30		
もの忘れ・不眠外来 予約制								もの忘れ外来 上村（かみむら）			不眠外来 須賀（第1・3週） 15:30～17:00	不眠外来 須賀（第2・4週） 9:00～12:00
放射線科		岩井		岩井		岩井		岩井		岩井		岩井
健診室		担当医		担当医		担当医		担当医		担当医		

日高クリニック

〒781-2153
高岡郡日高村本郷滝ノ前7
☎0889-24-7785(代)

診療科	月	火	水	木	金	土
小児科／内科	松本	松本	休診	松本	松本	松本（午後も診察あり）
整形外科						北岡 9:00～12:00

仁生会のホームページへ
http://jinsei-kai.c.ooco.jp/

仁生会は、国の次世代育成支援一般事業主認定と高知県次世代育成支援企業の認証を受けています。

発行人 細木秀美
発行所 高知市大膳町37 ☎(088)822-7211
印刷 株式会社高知新聞総合印刷