

# やすらぎ

2022.  
Vol.18

開院60周年を迎えるにあたり——P1

認知症疾患医療センター紹介——P2

特集

うつ病ってどんな病気？——P4

くりたのげんば——P7

健康レシピ——P8

新任医師紹介／専攻医紹介／

診療科目追加——P9



がんばろう! 日本 

# 開院60周年を迎えるにあたり



理事長・院長  
倉石 和明

栗田病院は令和4年11月11日で開院60周年を迎えます。これもひとえに支えてくださる地域の皆様、医療機関を始めとする関係者すべての皆様のおかげです。職員一同、深く感謝し御礼申し上げます。

当院は昭和37年に56床の精神科病院としてここ栗田の地に開院し、以来「やすらぎ」「きずな」「希望」を基本理念として、精神科及び内科の診療を行って参りました。平成15年には現在の病床数である727床（精神科643床・一般病棟84床）へと増床し精神科医療を担うだけでなく、平成14年には健診センターを、平成18年には歯科センターを開設し、「地域に根ざした病院」として長野医療圏における精神疾患に留まらず、口腔ケアや病気の

早期発見・早期治療及び予防医療へと寄与して参りました。令和2年には運動器リハビリテーションの提供も開始し、入院患者様の高齢化に伴い上昇する転倒リスクや寝たきり防止を目的として患者様のADLの維持・向上に努めております。また、未来の精神科医療を担う人材の育成にも注力するため、令和3年より精神科専門研修プログラムの研修基幹施設の認可を受け、精神科指導医の指導の下に日々診療を行っております。

また本年4月からは長野県の指定を受け、長野医療圏では初、県内では10施設目となる認知症患者医療センターを開設致しました。センターの詳細は後述致しますが、今まで以上に保健・医療・介護等と連携を行い、認知症疾患に関する専門相談・鑑別診断などに注力して参ります。



新病棟イメージ

今後当院では、問題となっている統合失調症の長期入院や高齢化とともに増加が見込まれる認知症に加え近年増加傾向にある気分障害、児童思春期の精神疾患など、多様化するニーズにお応えできるよう、本年より60周年記念事業の一環として新病棟の建設にとりかかり、設備面の拡充を計画しております。

また、入院治療から外来・地域ケアを基本とした医療への転換に対応していくために、疾患ごとに適切な治療を行えるよう病棟機能の細分化、集中的な治療による長期入院の抑制、退院後支援を行うための外来機能の強化・訪問診療の拡充を視野に入れ、精神科における総合病院を目指し邁進して参る所存でございます。

これからも地域にしっかりと根を張り、公益財団として公共の福祉に資するべく、日々活動して参ります。今後ともご支援、ご協力を賜りますようお願い致します。

# 認知症疾患医療センター開設のお知らせ

当院では、長野県からの指定を受け、令和4年4月1日から、認知症疾患医療センターとして診療を開始しています。

全国的な高齢化の進展にともない、認知症高齢者の数も年々増加しています。長野県は、平均寿命、健康寿命ともに全国トップクラスであり、高齢化率は増加傾向にあります。このような現状の中で、認知症の方とそのご家族が住み慣れた地域で安心して暮らせるように支える機関です。

すでに長野県内では、いくつかの病院が認知症疾患医療センターに指定されていますが、長野圏域（長野市・須坂市・千曲市・坂城町・小川村・飯綱町・信濃町・高山村・小布施町が対象）にはありませんでした。高齢化の進む長野市において、地域の皆さまが住み慣れた場所で安心して生活する助けとなるよう、当院もより一層精進したいと存じます。



## 相談窓口

公益財団法人倉石地域振興財団栗田病院  
認知症疾患医療センター

【直通電話】

026-2228-6666

【相談受付時間】

月曜日～金曜日

午前8時30分～午後5時まで



認知症疾患医療センターでは、  
このようなことができます

認知症に関する専門的な相談

精神保健福祉士が、電話や面談で相談ができます。受診相談だけでなく、「親が認知症かもしれない」などのご家族からの相談や、「介護方法を知りたい」などの認知症にまつわ

る様々な相談を受け付けています。まずはこちらまでお電話ください。

認知症疾患医療センター

【直通電話】026-2228-6666

認知症の専門医による鑑別診断

画像検査や血液検査、心理検査などをもとに、認知症の専門医が鑑別診断を行います。認知症の有無、種類や重症度など詳しく鑑別することができます。

関係機関との連携

認知症は薬による治療だけではなく、ご本人様やご家族様が介護や医療を受けやすい体制を作ることが重要です。ご本人の状態に応じて、地域のかかりつけ医や、ケアマネージャー、地域包括支援センターなどの関係機関および施設と連携していきます。

認知症に関する講演会、研修会の実施

認知症は早期発見・対応が大切となります。そのためには、多くの人が認知症に対する正しい知識を持つことが重要となります。認知症に関する正しい知識の普及活動を行うことで、認知症の方やそのご家族が地域で安心して暮らせるようにしていきます。

## 認知症疾患医療センターの 診察の流れ

### 事前予約制

【来院前】  
初診予約をお取りください。

認知症疾患医療センター  
【直通電話】026122816666

診察の予約だけではなく、診察を迷っている場合もぜひ一度ご相談ください。認知症に関する専門的な知識を持ったスタッフが相談に応じます。電話でのご相談だけではなく、直接来院してのご相談も受け付けています。

### 【診察当日】

#### 問診

まず始めに、どのようなことにお困りなのか、ご本人やご家族、支援者の方に問診票に記入していただきます。初めて診察を行う方は、診察の前にいくつか検査がありますので、診察時間より**一時間程度早め**にお越しください。

#### 検査

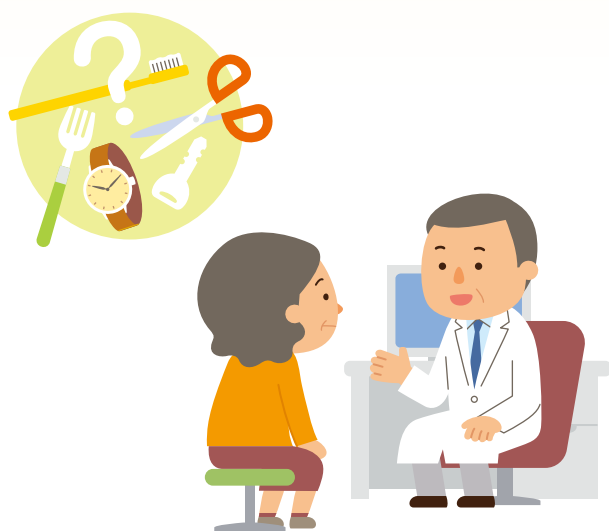
診察前に心理師による質問形式の検査や、場合によっては頭部CTなどの体の検査も行います。

### 診察

認知症を専門とする医師が診察をします。問診の内容や検査をもとに、今後の治療方針を検討していきます。認知症の種類や進行具合を総合的に判断していきます。

### 診察後

必要に応じて再診の予約、もしくはかかりつけ医や、他の医療機関への紹介をします。介護保険サービスをご利用でない方には介護保険等の制度のご案内をしています。すでに、介護保険サービスを利用している場合はご本人やご家族にご了承をいただいた上で、円滑に支援ができるように支援者への情報提供、情報共有を行います。不安に感じることはありません。認知症疾患医療センターまでお気軽にご連絡ください。



## 認知症かな？

### 認知症チェック



#### 【もの忘れ】

- 同じ話を何度もする
- しまい忘れや置忘れが増えた

#### 【判断力が衰える】

- 片づけができなくなった
- 運転で怖い思いをすることがある
- テレビの内容がよく分からなくなった

#### 【日時や場所が分からなくなる】

- 今日の日付が分からなくなる
- 慣れた場所でも迷うことがある

#### 【人が変わる】

- 怒りっぽくなった
- いつもと様子が違う、と周囲の人からも言われる

#### 【気持ちが悪くなる】

- 趣味や好きなこともあまりやる気なくなった
- 身だしなみを気にしなくなった



認知症は他の病気と同じように、早期発見が大切です。症状が軽い段階で適切な治療・支援を行うと、認知症の症状の進行を遅くすることができます。早期の対応でその後の生活が大きく変わるかもしれません。ぜひ、「おや？」と感じた時に、かかりつけ医だけではなく、当院の相談窓口もご利用ください。



# うつ病ってどんな病気？

監修／村田志保

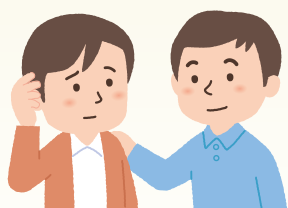


精神保健指定医  
精神神経学会 精神科専門医・指導医  
日本総合病院精神医学会特定指導医  
臨床研修指導医養成講習会修了  
精神科薬物療法研修会修了  
[所属学会]  
日本精神神経学会  
日本老年医学会  
日本総合病院精神科学会  
病院地域精神科学会

## 1 はじめに

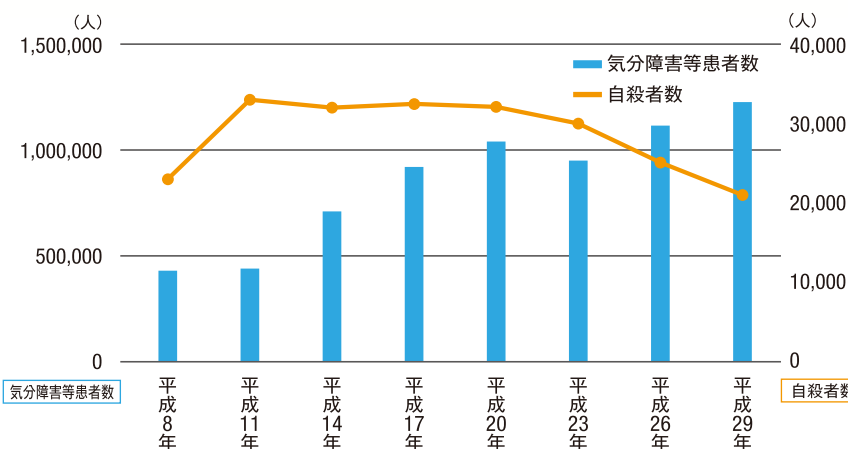
日本では15人に1人が、生涯にうつ病になる可能性があるとされています。厚生労働省の調査によると、うつ病を含む気分障害の患者数は平成20年から平成29年までの9年間で、20万人以上増加しています。最近ではコロナ禍による自粛生活などを要因としたうつ病も増加しているといわれています。

一方で、うつ病を含む気分障害による自殺率は6〜15%という統計も出ています。当院のある長野県においては、人口10万人対比における若年層の自殺率が高い傾向にあり、問題となっています。



うつ病は、早期発見・早期治療だけでなく予防を行うことが自殺率の低下につながるため、厚生労働省もうつ病対策に力を入れています。

気分障害等患者数状況(うつ病含む)及び自殺者数の推移



## 2 うつ病とは

うつ病は「脳の病気」と捉えられています。脳の神経伝達物質のバランスが悪くなり、

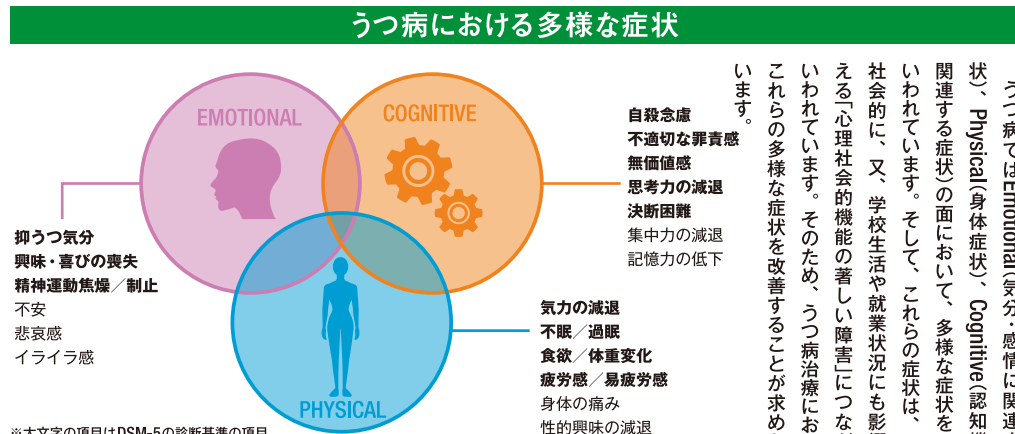
気分が強く落ち込む、何の喜びも感じられないなどの精神症状がみられる疾患です。日常生活の中で、気分が落ち込んだり、憂うつになったりすることは誰でも経験するかと思います。そういう時でも、脳の神経伝達物質のバランスが保たれていれば、時間の経過とともに改善していきます。しかし、うつ病の場合は、そのバランスが悪くなっているため、時間が経過しても改善されず様々な症状がみられるようになってしまいます。

うつ病は色々な要因の積み重ねで起こるとされています。まず性格の特性として、几帳面、完璧主義、こだわりが強い、頑張りすぎてしまう、頼まれるとイヤといえない、などが例として挙げられます。また生活の環境変化や大きなイベントがきっかけとなり、うつ病になる方もいらっしゃいます。悲しい出来事(仕事の失敗、病気、離婚、近親者との死別)だけではなく、嬉しい出来事(昇進、結婚、出産)でも大きなストレスとなってうつ病を引き起こされることもあります。このようにうつ病になる原因は様々です。誰でもなりうるのがうつ病です。



### 3 うつ病の症状

うつ病では「気分・感情に関連する症状」(身体症状)、「認知に関連する症状」の面において多様な症状が現れるといわれています。



※本文の項目はDSM-5の診断基準の項目

監修：杏林大学医学部 精神神経科学教室 渡邊衛一郎  
国立精神・神経医療研究センター 精神保健研究所 児童・予防精神医学研究部 住吉太幹  
American Psychiatric Association, 2013; DSM-5, Section II, Chapter 5 Depressive Disorder より抜粋作図

### 4 うつ病の治療 うつ病は治るの？

個人によって治るまでの時間差はありますが、うつ病は回復が見込める病気です。しかし回復のためには適切な治療を受けることが重要です。うつ病の主な治療には「薬物療法」、「認知行動療法」、「カウンセリング」があります。

#### 【薬物療法】

うつ病には、「抗うつ薬」があります。抗うつ薬には様々な種類があり、薬の選択や服用期間を主治医と相談しながら決めていきます。今は優れた薬がたくさんあるので、安心して治療を進めていく事ができます。

#### 【認知行動療法】

人には誰にでも考え方のクセがあります。物事がうまくいかなかった時、壁にぶつかったとき、自己流の考え方にとらわれ過ぎて出口が見つからないことがあると思います。そんな時に、少し視点を変えたり、考える道筋を変えたりすることで乗り切れる場面があるかもしれません。その「考える道筋」を修正する作業が認知行動療法です。

例えば、テストで60点の結果をとったとします。この時、「マイナスが40点もあるけれど、プラスは60点ある」と捉える考え方は気分が楽です。このように認知行動療法を通じて、必要以上に落ち込んだり、不安になったりするといった不快な感情も軽くなり、患者さん本人が本来持っている力を発

揮できることを目指すのです。

#### 【カウンセリング】

精神科医や公認心理師によるカウンセリングを受け、うつ病のきっかけとなり得る心の問題について対処法を見出していくことも、回復への重要な鍵となっています。うつ病の原因となったストレスを振り返り、対処法を学んでおくことで精神的に安定した状態を維持し、再発防止を目指します。薬物療法や休養、カウンセリングを組み合わせることで、うつ病の治りを早く、再発を防ぐことが望めます。

### 5 うつ病患者さんへの関わり方について

家族や職場など、身近な人がうつ病の治療をしている際に、見守る方に意識してほしいことをいくつか紹介します。

#### 【強い励ましを行わない】

うつ病患者さんにとって家族からなどの励ましは、かえって追い詰められているように感じてしまいます。励ましたくなる気持ちを抑えて、あたたかく見守りましょう。

#### 【お薬の管理】

なるべく家族で管理し、飲み忘れや自己判断で減らしたり、やめたりしないよう患者さんに服薬を促しましょう。

## 【重要な決定の延期】

患者さん本人の判断力が低下しているため、重要な決定は患者さんの状態が安定するまではできる限り先に延ばしましょう。

## 【自殺の防止】

例えば大事な家族・友人から「死にたい」と言われた時、誰でも悲しみ戸惑うことでしょう。時にはとがめたくなってしまうかもしれません。しかし、その時はよく話を聞き、気持ちを受け止め、家族にとって患者さんが大事な存在であることを伝えてみましょう。

勿論、家族だけでは対処できないこともあります。不安なことがあれば主治医や専門医に是非ご相談ください。

## 6 うつ病と休養

うつ病の予防として、日ごろから休養をとることを意識しましょう。心身を健康に保つために、休養をとる際は、無理のない範囲で生活リズムを保つことが重要です。食事を3食きちんと食べたり、起床時間や就寝時間を決めたり、軽い運動を取り入れたりすることを意識してみてください。



## 7 一人で悩まずご相談ください

うつ病は早期治療が回復への特効薬です。気分がずっと落ち込みがちで、身体の不調がいつまでも続くと感じたら、ぜひ当院にご相談ください。当院は精神科と内科を併設していますので、心と身体両面からの診察を提供致します。

また、当院では多職種チームでうつ病のケアを行っております。精神科、心療内科の医師による外来診療、入院治療や精神科作業療法、精神科デイケア、公認心理師によるカウンセリング（心理療法）などの治療が可能です。

●公認心理師



●医師



●精神保健福祉士



●作業療法士



●看護師



また、地域連携室の相談員が患者さんやご家族から様々なご相談を承ります。受診や入院の相談だけでなく、社会制度についてのご案内や、生活全般の様々なご相談をお受けしています。



### 【出典及び参考資料】

- 厚生労働省HP  
<https://www.mhlw.go.jp/index.html>
- eヘルスネットHP  
<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp/>
- 警察庁HP  
<https://www.npa.go.jp/index.html>
- 警察庁「自殺統計」より厚生労働省自殺対策推進室作成  
川野 雅資
- 出版社／中央法規出版：改訂版(2019/12/21)  
「エビデンスに基づく精神科看護ケア関連図 改訂版」
- 公益財団法人浅香山病院看護部  
メディア出版：第2版(2020/1/31)改訂2版  
はじめての精神科看護：カラービジュアルで見てわかる！  
単行本（ソフトカバー）— 2020/1/31



# くりたのげんば 看護部

## あいさつ

令和3年4月より看護部長として着任いたしました、南方英夫と申します。看護師として京都で精神科15年の経験をし、現在まで精神科看護師として約40年の経験をして参りました。前任地は、大北地区にありますが北アルプス医療センターあづみ病院です。総合病院の精神科の役割である身体合併症を看られる精神科として実績を積んで参りました。

栗田病院は県下最大の精神科病院であり、医療においては精神科医療と老人医療を中心として内科診療、歯科診療が実践されています。障害者総合支援法関連の資源も豊富に有しており、精神科医療・福祉をトータルに実践できる医療機関であります。

これらの万全たる医療体制に加えて、患者さん、利用者さんが安心して入院できる療養環境をさらに整備すること。さらには当院の基本理念であります「やすらぎ」「きずな」「希望」を重視した看護を提供することを目指していく所存であります。そのた

めには、全ての看護職員の専門性の向上が図れるようにさらなる教育と人材育成を具体的に進めて参ります。専門性の高いケアや優しさや思いやりをもったケアを提供することで、患者さんやご家族の満足度・信頼度の向上が期待されます。そのことにより、看護職員のモチベーションも高まりプラスのスパイラルになります。これによってさらに良い看護の提供が実現できるものと確信しております。これからその一端を担わせていただくことに感謝申し上げます、あいさつに代えさせていただきます。

看護部長

南方 英夫



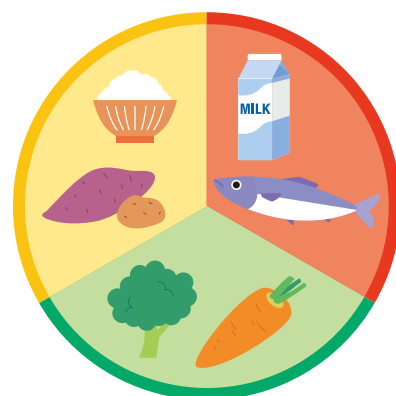


## 健康レシピ 疲れないごはん術

健康的な生活の指針の一つとして、多種多様な食品をバランスよく食べる食生活があげられます。とはいえ、毎日の食事でたくさんの品数を用意するのはなかなか難しいですね。

そこで注目したいのが、スーパーなどで売っている『お惣菜』。

肉、魚から野菜、海藻、豆類まで様々な食材を使ったおかずがあるので、「足りていないかも?」と思う部分を惣菜で補うだけで栄養バランスはぐっと整います。



### ●野菜を加える

野菜には体の調子を整える様々な栄養素が含まれています。惣菜そのままではカロリーが気になる場合も、ひと手間アレンジすることで、見た目も華やかになり栄養を補うことができます。



たとえば・・・

からあげ → カラフルな野菜と合わせて炒め物に  
マヨネーズベースのサラダ

→ 生野菜と一緒に生春巻きに

ひと工夫で惣菜が手抜き感のない一品になります！

### ●タンパク質を加える

栄養面だけでなく料理にボリュームが出ます。

肉・魚だけでなく、卵や

豆腐も積極的に食べるようにしましょう。



卵や豆腐、チーズなど普段から冷蔵庫にあるものを、「混ぜて焼く」「トッピングする」「和える」などでプラスします。

## お惣菜で簡単ずぼら飯! 温玉からあげ丼

惣菜や冷凍食品を活用して料理時間を短縮できます。タンパク質・脂質を含むお肉だけでなく、野菜を加えることで彩りが鮮やかになり、忙しい時でも満足感のある一品を楽しめます。

### 材料(1人分)

- ごはん……………150g
- からあげ(小)……………4個
- 温泉卵……………1個
- ミニトマト……………1個
- リーフレタス……………適量
- コーン……………適量
- 青ねぎ……………適量
- 〈a〉からあげのたれ
- 醤油……………大さじ1/2
- めんつゆ……………大さじ1/2
- 砂糖……………小さじ1

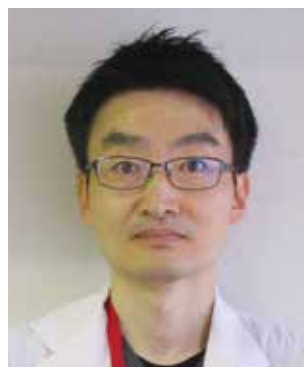
### ◆作り方

- ①鍋に〈a〉を入れ温め、たれを作る。
  - ②①にからあげを入れ、よく絡める。
  - ③丼にご飯を入れ、リーフレタスをのせる。
  - ④③の上に②のからあげをのせ、ミニトマト、コーンをお好みで盛り付ける。
  - ⑤温泉卵をのせ、上から青ねぎを散らして完成。
- ※からあげ、温泉卵は惣菜を使うことでお手軽にお楽しみいただけます！



監修：栄養科 管理栄養士  
宮崎 千佳

# 新任医師紹介



精神科医師

白木 俊先生

【所属学会】

日本精神神経学会／信州精神神経学会

【資格】

精神保健指定医

## 【自己紹介】

4月からまずは当直で勤務しております、白木と申します。よろしくお願いします。

生まれ育った塩尻市はワインや奈良井宿や漆器が観光資源で、松本・諏訪・伊那・木曽方面の街道をむすぶ交通の要衝です。という素敵ですが、現在大抵の方は車でも電車でも通過していかれるのが少しさみしいです。同様の要衝地として関ヶ原のように合戦が行われた歴史もなく、善光寺や川中島の戦いで名高い長野がうらやましくも思います。

信州大学で臨床研修を修了し、長野赤十字病院精神科でこの3月まで勤務しておりました。これまで塩尻市・松本市・長野市で生活して参りましたが、結局のところ長野県は良いところだと思っております。

そこで生活する方々の精神保健に貢献できればと思っております。大学病院・総合病院精神科での勤務をしていくなかで、以前から精神科病院での臨床に関心があり、このたびお世話になる次第です。皆様何卒よろしくお願い申し上げます。



専攻医1年目

三村 隆文先生

【所属学会】

日本精神神経学会

## 【自己紹介】

令和3年7月より栗田病院に入職しました、医師の三村隆文と申します。

生まれは北海道で、学生時代は信州大学の学生として長野県で過ごした後、再び故郷に戻り、北海道伊達市にある伊達赤十字病院で初期臨床研修を修了しました。

栗田病院では様々な精神科症例を経験することで、自身の専門性を高め、また、日々の診療での気づきを大切に、問題意識をもって仕事に取り組んでいきたいと思っております。よろしくお願いします。



専攻医1年目

長川 賢先生

【所属学会】

日本精神神経学会

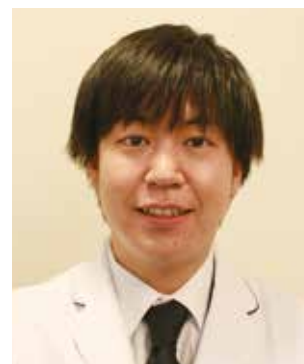
【資格】

緩和ケア研修会修了／ECT講習会修了

## 【自己紹介】

令和4年4月から勤務させていただいております。

多少精神科の経験がありますので、できるだけ早く地域の患者様のお役に立てるように精進いたします。どうぞよろしくお願い申し上げます。



専攻医1年目

齊藤 健太郎 先生

【所属学会】  
日本精神神経学会

### 【自己紹介】

令和4年4月1日から栗田病院で勤務させていただいています。精神科専攻医1年目の齊藤健太郎と申します。私は長野高校出身で、浪人を経て、医学部進学は県外の大学でしたが、医師になり長野に帰り初期研修期間を終えました。本格的に精神科医療に携わるのは初めてです。専門的な知識、特に実務経験に関して至らない部分が多いですが、先輩医師の指導のもとで、まずは皆様の話をよく聞き、共に考え、誠実な医療者であるように、また皆様からもそう思ってもらえるような行動を心がけます。

コロナ禍での趣味は、高校生の時から練習しているベースギターを弾くことや、大学の教養課程で選択したドイツ語に加えて、スペイン語など種々の言語を隙間時間で細々と学習することなどです。昨年はアラビア語学習に手を出してオーバーワークで失敗しました。今の目標はSNS等の翻訳機能なしで時事ニュースの大意を掴めるようになることです。地域の精神医療を支えるべく頑張ります。よろしく願います。



勉強会風景



## 診療科目追加のご報告

当院の標榜科目に「老年精神科」「児童思春期精神科」が追加となりました。

新

内科・心療内科・精神科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・  
老年精神科・児童思春期精神科・歯科・小児歯科

これまで以上に精神科分野の診療に注力し、若年層から高齢者まで、幅広く多様化する精神疾患に対応して参ります。よろしくお願い致します。



### 広報戦略委員会メンバー

- 委員長／外山 明子
- 委員／宮崎 里菜 荒井 成実 大澤 未悠 桐沢 みゆき 鳥羽 萌加 小林 由衣  
村松 夏帆 福池 凌太

## 栗田病院 外来担当医表

(2022年7月1日現在)

| 内科外来  |    |    |    |    |       |       |    |    |    |    |       |
|-------|----|----|----|----|-------|-------|----|----|----|----|-------|
| 曜日    | 月  |    | 火  |    | 水     |       | 木  |    | 金  |    | 土     |
|       | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前    | 午後    | 午前 | 午後 | 午前 | 午後 | 午前 午後 |
| 第1診察室 | 一由 | 一由 | 白田 | 白田 | 倉石(章) | 倉石(章) | 一由 | 一由 | 三井 | 三井 | 休診    |

| 専門外来  |            |            |            |            |            |            |     |    |                        |            |    |
|-------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|-----|----|------------------------|------------|----|
| 第2診察室 | 児童・思春期     |            | 睡眠         |            | 児童・思春期     |            | 物忘れ |    | アルコール                  |            | 休診 |
|       | (再診)<br>吉川 | (再診)<br>吉川 | (再診)<br>荒井 | (再診)<br>荒井 | (再診)<br>吉川 | (再診)<br>吉川 | 田中  | 田中 | (再診)<br>稲田<br>10時30分まで | (再診)<br>稲田 |    |

| 精神科外来 |                                      |            |            |            |               |               |            |            |               |               |               |
|-------|--------------------------------------|------------|------------|------------|---------------|---------------|------------|------------|---------------|---------------|---------------|
| 曜日    | 月                                    |            | 火          |            | 水             |               | 木          |            | 金             |               | 土             |
|       | 午前                                   | 午後         | 午前         | 午後         | 午前            | 午後            | 午前         | 午後         | 午前            | 午後            | 午前 午後         |
| 第3診察室 | (初診)<br>倉石(三)                        | —          | (再診)<br>中田 | (再診)<br>中田 | (初診)<br>吉川    | —             | —          | —          | (初診)<br>坊田    | —             | —             |
| 第5診察室 | (再診)<br>中村                           | (再診)<br>中村 | (再診)<br>蘆澤 | (再診)<br>蘆澤 | (再診)<br>荒井    | (再診)<br>荒井    | (初診)<br>中村 | —          | (再診)<br>吉川    | (再診)<br>吉川    | —             |
| 第6診察室 | (再診)<br>坊田                           | (再診)<br>坊田 | (初診)<br>雨宮 | —          | (再診)<br>田中    | (再診)<br>田中    | (再診)<br>萬羽 | (再診)<br>萬羽 | (初診)<br>竹内    | —             | —             |
| 第7診察室 | (初診)<br>村田                           | —          | (再診)<br>竹内 | (再診)<br>竹内 | (再診)<br>倉石(和) | (再診)<br>倉石(和) | (初診)<br>田中 | —          | (再診)<br>倉石(三) | (再診)<br>倉石(三) | (再診)<br>倉石(和) |
| 第8診察室 | (再診)<br>稲田<br>(初診)10時30分～<br>アルコール外来 | (再診)<br>稲田 | (初診)<br>荒井 | —          | (初診)<br>萬羽    | —             | (再診)<br>雨宮 | (再診)<br>雨宮 | (再診)<br>村田    | (再診)<br>村田    | —             |

※原則として初診・再診予約制

公益財団法人 倉石地域振興財団



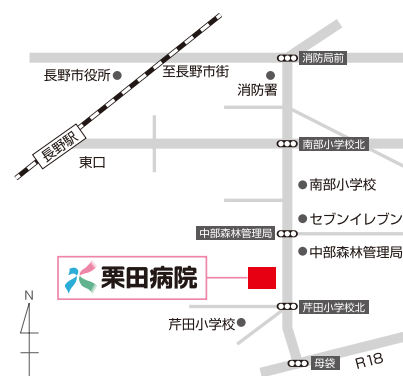
■診療科目／内科・心療内科・精神科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科・老年精神科・児童思春期精神科・歯科・小児歯科

■診療時間／内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科  
月～金曜日 8:30～12:30/13:30～17:00  
心療内科・精神科  
月～金曜日 8:30～12:30/13:30～17:00  
土曜日 8:30～12:30

専門外来  
月～金曜日 8:30～12:30/13:30～17:00  
歯科・小児歯科  
月～金曜日 8:30～12:30/13:30～17:00  
土曜日 8:30～12:30

※水曜日 午後休診

■休 診 日／内科・呼吸器内科・循環器内科・消化器内科／土・日・祝休日  
心療内科・精神科・老年精神科・児童思春期精神科／土(午後)・日・祝休日  
歯科・小児歯科／水(午後)・土(午後)・日・祝休日  
健診センター／土・日・祝休日



〒380-0921 長野市栗田695  
TEL.026-226-1311(代)  
FAX.026-224-8673  
地域連携室専用／TEL.026-224-3961  
健 診 専 用／TEL.026-226-0007  
歯 科 専 用／TEL.026-269-0011  
HP <http://www.kuritahp.or.jp>