健康情報誌

BISHIN

TAKE FREE

ご自由に お持ち ください

季刊 2017 Vol. 122 秋号



美心会マークの由来

美心会の"心"がモチーフです。 3つの楕円は、保健・医療・福祉、同時に過去・現在・未来 も表しています。現状を打破して新しい未来に向かおうと する上昇志向=「ブレークスルー」を表現したマークです。

プライバシーマーク認定取得 人間ドック・健診施設機能評価認定 働きやすい病院評価認定

検索

http://www.bishinkai.or.jp



認知症にならない 9 、為に

能を劣えさせないという研究報告が出 てきています。 心血管リスク管理をすることで認知機 認知症患者は減少傾向にあり、運動や 計が示されています。しかし、欧米では の5人に1 人が認知症になる」という推

会参加の機会を増やすことで回復維持 することがわかってきました。 多少低下したとしても、前述のような社 下の予防になります。たとえ認知機能が どへの参加を続けることで、認知機能低 かりと治療することです。また、長期間 煙し、高血圧、糖尿病、脂質異常症をしっ 症を減らせるということです。まずは禁 つまり生活習慣病を予防すれば認知 人きりにならない生活環境、散歩や -キング、ラジオ体操、地域サロンな



域のために役立てる医師として育ありましたが、近隣の方々により地

かげさまで40周年を迎えます

開院時は36歳という若輩の身で

の建物)で開業させていただき、お

わ·高崎東部福祉総合相談センタ (現在のあんしんセンター

私は、昭和52年12月19日に中居町

くろさ

感じていること

医師として

「我が国では2025年には65歳以上

・心配事や愚痴を聞いてくれる人がいない ・物忘れの自覚がある ・スポーツ的活動に参加していない ・うつ傾向・状態がある 糖尿病と診断されている ・仕事をしていない バス、電車を利用して外出ができない 病人を見舞えない 新聞を読んでいない 年金の書類作成ができない 請求書の支払いができない 食事の用意ができない 口はい 口はい 口はい 口はい 口はい □はい □はい □はい 口はい 口はい □はい 口はい □いいえ □いいえ

まず以下の項目をチェックしてみてください。

高いと言われます。 「はい」の数が多いほど認知症リスクが

がんばるように」と開業パ

三先生からも「泌尿器科医として 業第1号でした。恩師である志田圭

開業が成功するかどうか、心配だが

知ることができる」と考えていま

ん|人ひとりが医師に何を望むかを

た。今思うと、この考えは正しかっ

寄り添い真剣に診ることで、患者さ

一亭の心で一人ひとりの患者さんに

先輩医師から学び、医師の心は一客

開院当初、「医師としての技術

いただきました

たと感じております。

群馬大学泌尿器科教室からの

口はい

□いいえ

75歳以上

につながります。 何よりの認知症発症リスクを下げること 慣を見直し、毎日の行動を変えることが リスクが高かった人はご自分の生活習

がることはい にならないことも、健康寿命の延伸につな 参照)とともに生涯続けましょう。認知症 を、食生活の改善(前号のBISHIN 運動を最低でも週1回以上おこなうこと 頃の生活習慣に戻すこと。加えて適度な い、楽しく生活すること、つまり若かった 日々の生活の中で多くの人とふれ合

うまでもあり

医療法人社団美心会理事長 黒澤 功

る方から開業のお祝いにアロエ(別 広めていこうと心に決めました。あ ので、予防と早期発見、適切治療を 私は病気にならない社会を作るこ らず、残念ながら手おくれになって 時は健康診断も今ほど進歩して ティーでお祝いの言葉とともに たのも「医者にかから からの外来受診も多かったのです まされながらのスタートでした。 とを医師としての目標としてい 医者いらず)を贈って

ヴァレオプロ ・クッキングスク・ ハイキング 各種イベントを実施中

BISHIN 歳時記

高崎まつり

した。

「みこし部門」参加

今年で25回目の参加となりま

黒沢病院院内コンサート

8月

6**0**

26

9月

1 🍙

7

100

社会を作っ 対する期待 てください」

に思えたも

日曜ドック

03

ふ・れ・あ・いエッセイ理事長 黒澤功の

最新機器を用いた苦痛の少ない

見の以一大腸の以一



内視鏡内科 太田 英孝





苦痛の無い内視鏡検査を目指しています。 最新の機器とベテランの技術を駆使し、

在籍しており、安全で質の高い内視鏡検査治療をおこ 消化器内視鏡学会の認定を受けた消化器内視鏡技師も や専門医の常勤した内視鏡学会認定指導施設です。日本 当院は日本消化器内視鏡学会の認定を受けた指導医

だけでなく、検査所要時間も短縮し体への負担も軽減で 縮できます。つまり、精密な検査をおこなえるようになる でき、吸引口が広い最新内視鏡では胃液の吸引時間も短 えるため検査精度が向上します。一度に広い範囲を観察 のCCDを搭載して精細に見渡せる内視鏡検査がおこな 最新機器では、強い光で遠くまで明るく照らし、高精度

や技術を日々の検査、治療に役立てみなさまの負担軽減 況を通して学んできました。それらの積み重なった経験 鏡を動かせば、どれだけ負担が軽減できるかを、多くの状 に活かしています また、私は長年の内視鏡検査経験で、どのように内視

苦痛の少ない検査

静脈麻酔 P10

胃カメラ ······ P10

大腸カメラ ······ P10~

苦痛を少なくするためにおこなっている様々な取り組み 今号では当院で使用している内視鏡検査機器の紹介

精度のいい検査

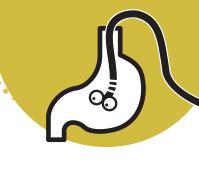
胃カメラ ······ P6~

・胃カメラ細径レーザー内視鏡

大腸カメラ …… P8~

・ハイビジョン対応CCD

その他の施術



能です。高画質、高輝度で広範囲を見渡せるため短時間で精 従来よりも吸引口が大きいため、より短時間で胃液を吸引 密な検査が可能です。さらに、多彩な色調観察モードを使う ことで早期がんのわずかな変化もとらえます。この内視鏡は 富士フイルム社製の胃カメラ細径レー - L580NW)は直径約5㎜で鼻から胃の検査が可 内視鏡

胃カメラの細さ



ければおこなうことはできません。

密検査や内視鏡治療は従来(直径10㎜程)の経口内視鏡でな

ただし、経口拡大内視鏡を用いた内視鏡手術前の拡大精

直径5mmの内視鏡はえんぴつよりも 細いです。

細径内視鏡の利点

も細い内視鏡を用いるので従来の内視鏡よりも体への負担は を経口ルートで用いることが可能です。口からとはいえとて ずに、この細くて負担の少ないレーザ 方にも、この負担の少ない直径5㎜の細径内視鏡を経口ル が狭いため痛みが出て経口ルー 鼻から咽頭を通過して食道に入っていくルー 口からおこなっていた従来の直径10㎜程の太い内視鏡は用い に内視鏡が触れないため、吐き気が起きにくいのです。鼻腔 い舌根に触れずに内視鏡検査が可能です。口からではなく トで用いることができます。鼻からの検査ができない方にも、 トで胃カメラをおこなうことで吐き気の出やす トでしか内視鏡ができない 内視鏡(直径5㎜程) トでは舌根部

経口内視鏡検査

舌付け根部分に触れると、吐き気が起きます。

経鼻内視鏡検査

舌付け根部分に触れないので吐き気の反応が起こりにくいです。

富士フイルム LASEREOの観察モード

白色光

レーザー光の白色光は従来のキセノ ン光と同等の色調ですが、より明るく遠 が高く詳細な観察が可能です。



LCI (Linked Color Imaging)

赤みを帯びた色はより赤く、白っぽい 色はより白くなるように色の拡張・縮小 くまで見やすく、先端のCCDは画素数をおこないます。また粘膜の微妙な色 の違いを強調し、炎症や腫瘍診断をお こないやすくサポートします。

BL (Blue LASER Imaging)



短波長狭帯域光観察BLIは、表層血管 観察に適した短波長レーザー光を照 射して得られる高コントラストな信号 に画像処理をおこなうことによって、血 管や表面構造の観察に適した画像を ます。 表示します。粘膜表層の微細血管のコ ントラストを高め、強調して表示しま す。主として病変に近接して精密な観 察をおこなう用途に適しています。

BLI-bright



BLI光と白色用レーザー光とをバランス よく配分することで、血管のコントラス トの向上と明るさを両立します。主とし て、中景~近接の観察用途に適してい



でき、検査時間の短縮も可能です。





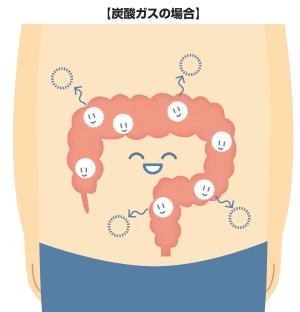
観察可能な最高基準の内視鏡を用いた検査が可能です。オリ 要に応じ使用しています。 能にした、硬度可変式内視鏡(PCF-Q260AI)も必 用(PCF-Q260AZI)拡大内視鏡を必要に応じ使用 ンパス社製の胃カメラ用(GIF-H260Z)、大腸カメラ 当院ではハイビジョンに対応し、病変を約100倍まで拡大 して検査をおこないます。また、大腸へのスムーズな挿入を可

進行がんであるかなどの内視鏡診断をおこなうことが可能 血管の観察や腺管構造の観察まで可能になり、腫瘍が前が ん状態か、早期がんであるか、または、粘膜下に浸潤を伴った 拡大機能を備えた拡大内視鏡観察では、大腸粘膜の毛細

素数が向上し診断の高精度化が図られ、輝度が増してより 腸管は柔らかい状態で通過させ、その後硬くすることで検査 遠くまで明るく見えるため検査の効率化に役立っています。 な検査をおこなえます。光源は最新の290シリ に奥まで内視鏡を挿入でき、患者さんの負担が少ない効率的 め、通常の大腸内視鏡より痛みを感じることなく、スムーズ をしやすいように腸の形態を整えることが可能です。そのた る機能を備えています。この内視鏡を使用すると、曲がった 硬度可変式内視鏡は、大腸内視鏡自体の硬さを調節でき ーズで、画



炭酸ガス送気システム



吸収の早い炭酸ガスで腸の張りが軽減

【空気の場合】

鏡(PCF-PQ260L)を常備しています。細くて柔ら

また、大腸内視鏡としては日本一細い直径9㎜の細径内視

かい内視鏡のため、より痛みを感じにくい検査がおこなえま

す。この細径内視鏡は痛みの出やすい方や挿入困難な方で

も、負担の少ない検査が可能となります。

炭酸ガス送気システムを導入し

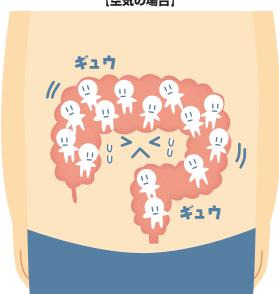
お腹の張りを最小限に軽減

例に送気用ガスとして使用します。処置後のお腹の張りや痛

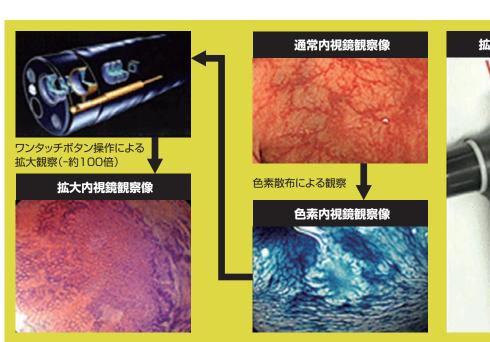
ため、空気よりも約100倍吸収速度の速い炭酸ガスを全

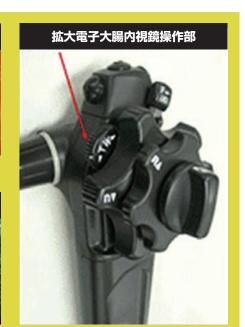
大腸カメラをおこなう時は腹部に空気が溜まるのを防ぐ

み、嘔吐といった症状が緩和されます。



空気が腹部に留まり、腸が窮屈に





直腸と下行結腸が骨盤、後腹膜に

固定されていて動きませんがその

間にあるS状結腸は腹膜に固定さ

固定されている

れずブラブラの状態です。





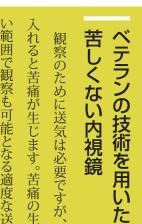
心がけています い範囲で観察も可能となる適度な送気を へれると苦痛が生じます。苦痛の生じな 観察のために送気は必要ですが、多く

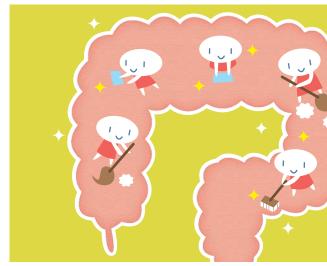
様々な大腸内視鏡前準備の 腸洗浄方法 大腸宛以号

査予約時に内視鏡内科にてご相談くださ おこなうことも可能です。大腸内視鏡検 服を10回程度)を内服することで検査を が苦手な方は錠剤(ビジクリア5錠の内 大腸カメラの腸洗浄液内服(前処置)



剤および鎮静剤を使用して内視鏡検査 時に内視鏡内科太田へお申し出くださ をおこなうことも可能です。不安感の強 えることが可能です。 い、不安感やつらさを無くして検査を終 りますが、うとうとした状態でおこな い。検査当日は車などの運転の制限はあ い方は外来での内視鏡検査の申し込み 当院では痛みや不安感を抑える鎮痛





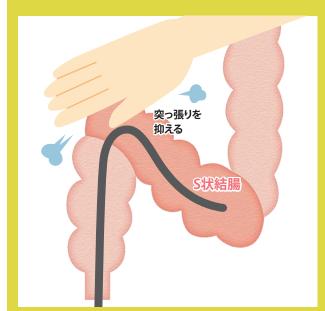




痛みの少ない大腸カメラの挿入方法【2】

直腸

たとえS状結腸が体質的に伸びやすい方でも、内視鏡が 伸びすぎないようにお腹に手をそえて、伸びつつある 腸管を圧迫してそれ以上伸びないようにサポートする ことで、さほど痛みは感じずに深部まで内視鏡を送り込 めます。



痛みの少ない大腸カメラの挿入方法【1】

部を腸が伸びないよう適切に圧迫して、(挿入方法

【2】)痛みを生じないよう心掛けて検査をおこなって

法(挿入方法【1】)を心がけています。このテクニック

で腸は痛みを感じません。また、必要があれば適宜腹

能な限り、腸を伸ばさずに挿入する軸保持短縮挿入

内視鏡による腸管の進展は痛みの原因ですので、可

大腸宛然気の方法

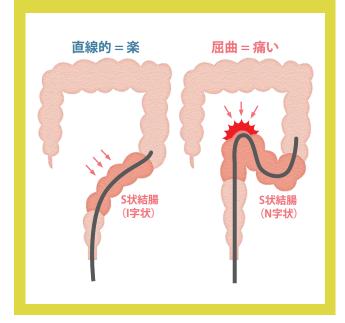
通常の大腸の状態

固定されている

S状結腸

ブラブラしている

大腸は内視鏡で伸ばされた時に痛みを感じます。固定 されていないS状結腸を通過するときにN字に腸を伸 ばさずに丁寧に短縮して挿入する軸保持短縮法ができ れば、軸を保持してI字状に通過するため挿入痛が全く 起きません。



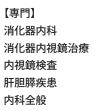
静脈麻酔も可能

も負担の少ない安全な大腸ポリ 日帰り又は1泊の短期入院で時間的にも経済的に

【消化器内科医師紹介】



太田英孝 (おおたひでたか)





浅香 有紀 (あさか ゆき)

【専門】 消化器内科 内視鏡検査 内科全般



錦戸崇 (にしきどたかし)

【専門】 内視鏡検査 救急外来 内科全般



上野 亜矢 (うえの あや)

【専門】 消化器内科 内視鏡検査 内科全般

【消化器内科医師/診察日】

	月	火	水	木	金	±
午前	_	浅香	太田 錦戸	_	太田	_
午後	_	太田		_	上野	浅香

- ※変更になる場合がございます。事前にお問い合わせください。
- ■受付時間:9:00~18:00
- ■診療時間:9:00~13:00、15:00~18:00
- ■休 診 日:日、祝日、年末年始

TEL.027-352-1111



症状がない方】 診ください

ク、健診では電話での内視鏡予約

なしで電話のみでの予約をお受けす消化器内視鏡センターでは外来診察【症状がある方】

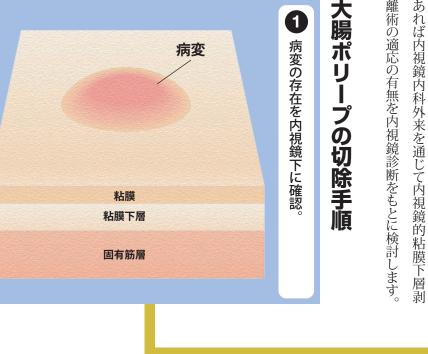
す。当日は総合受付にお越しくだ ど、内容が分かるものをご持参くだ 内服薬を服用中の方は、お薬手帳な 診察の後、検査の日時を決めま

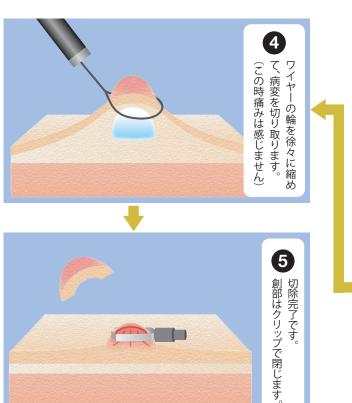
ださい。あらかじめ診察予約を取 ることをお勧めします。 ご希望のかたは外来をご受診く 紹介の有無は問いません。検査

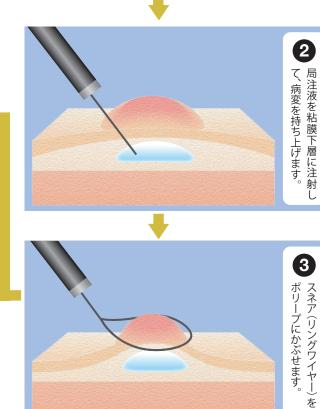
内視鏡検

方查 を

1 病変の存在を内視鏡下に確認 病変 粘膜 粘膜下層







日帰り、10㎜~20㎜であれば1泊、それ以上の腫瘍で

具体的にはポリープの大きさが10㎜未満であれば

なっています。

ープ切除治療をおこ

運動と食事でLet's 健康Life!



食事と運動で健康的なダイエット

あなたはどちらの方法でダ

くない人は2の方法で始めるのではないで く❶の方法で、運動が苦手であまり動きた 食事をあまり制限したくない 人はおそら

ンドしやすい体になってしまうのです 筋肉量の減少を引き起こします。この場合、見 よるものとは限りません。無理な食事制限は も、筋肉量減少に伴う代謝量の低下で、リバウ ます。ただし、この体重減少は脂肪量の減少に えた体重減少の成果が表れる方が多いと思い そこで今号と次号の2回に分けて、理想的

減らす 摂取エネルギ 食事制限で

[スクワット]

側に向けます。





せてください。 膝の向きはつま先の方向にピッタリ合わ

ダイエットに効果的な筋トレをご紹介!

大きな筋肉を刺激するトレーニングがお勧めです。

スクワットとプッシュアップが理想のコンビネーション!

筋力ト

重要

運動は



ホルモンが分泌されやすくなり、脂肪量の減少と

おこなうのが実は理想的なトレーニングなのです

ーニングをしっかりおこなうことで、成長

つながり、ダイエットには逆効果です。筋力トレ

、グを先におこない、その後有酸素ト

なく筋肉も一緒に消費し、筋肉量の減少をまねく

有酸素トレーニングだけおこなうと脂肪だけで

ーニングをしない方も多いと思います

今号は運動方法についてです

「有酸素トレーニングは脂肪が燃えるから」と優

-ニングをおこない、あまり筋力

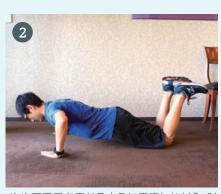
場合があります。筋肉量の減少は代謝量の減少に

膝を曲げていく時に、お尻を後ろに引きなが ら膝が90度になるまで屈曲します。膝から踵 を結ぶ線と、頭から腰を結ぶ線が平行になる ようにするとGOOD!

[プッシュアップ]



きます。頭からお尻まで一直線になるよう意が90度になるまで曲げていきます。 識します。



手は肩幅強に開いて床につき、膝も床につやや肩甲骨を寄せるように意識しながら、肘



(手のひらの下端)が胸のトップの高さに 来るようにしてください。

ダイエッ

ダイエットするなら

すが、大きく2つのパターンに分けダイエットの仕方は人それぞれで

あなたはどちら?

られます。

量を増やす

運動でエネルギー消費

え…というように悪循環に陥る場合がありま さらに運動量を増やし、さらに食べる量が増 るとなかなか体重減少の成果が表れないので、 整するため食事量が増加してしまいます。す 脳が摂取するエネルギ 実は消費エネルギー増加に伴う代償作用で、 なくて悩むことが多いのではないでしょうか **②の食事制限での方法は、数週間で**目に見 **①の運動での方法は、**なかなか成果が表れ 上はダイエットが成功している様に感じて も増加するように調

8月6日(日)、第43回高崎まつりみこし部門に参加しました。

今年で25回目の参加となりま す。みなさまの健康と地域活性 を願い、一生懸命担ぎました。 午前中は黒沢病院でみこしの練 習をし、入院患者さんにおまつり 気分を味わっていただきました。 午後はおまつり会場で地域の方 とともにみこしを担ぐことで、地 域との一体感とつながりを感じ ることができました。





みなさまからご意見をいただいておりましたWi-Fiを力 フェオリーブエリアに設置しました。 お食事、ご休憩の際にぜひご利用ください。







Facebook開設

黒沢病院公式Facebookを開設いたしました。 院内の様子など最新情報を随時更新していきます。 みなさまの「いいね!」をお待ちしております!







ぐんまマラソン出場

11月3日第27回ぐんまマラソンへ、美心会グループ およびValeoPro会員さまが出場します。

美心会では地域のみなさまの健康に対する意識の向上と、健康長寿 を願い地域のスポーツ振興活動などに協力しています。

当日は白のランニング、黒のハチマキをして出場しますので、ぜひ 応援をお願いします。



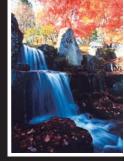
「ミニギャラリー」冬の写真・イラスト募集中!! 選ばれた作品はヘルスパーククリニック1Fに展示させていただくことがあります。

お1人様2作品まで。

- ■氏名・住所・電話番号・タイトル・場所を明記してください。
- ■応募作品の著作権は(医)社団美心会に属します。 作品は返却いたしません。
- ■肖像権の侵害が生じないよう、応募者の責任において必ず 被写体の人物に公表の承諾を得てください。
- ■誌面の都合上、すべての応募作品を掲載できない場合 がございます。あらかじめご了承願います。

〒370-1203 高崎市矢中町188 黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック内 総務部 企画推進課

■次回メ切: 10月31日(火)(当日消印有効)



撮影: 倉澤信司 様



「丸沼の紅葉」(片品村 撮影:中山 朗 様

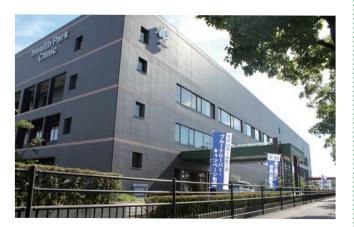
ります。 Blue Clover Lampaign パパの明日を、まもりたい。

ブルークローバー・キャンペーン旬間 2017 in TAKASAKI

「女性にも知ってほしい前立腺がん講演会」 開催

前立腺がんの死亡率は2005年をピークに 徐々に減少しています。これは前立腺がん 検診の普及が大きいといわれています。し かし、現在、国内の前立腺がんの罹患数は 乳がんに匹敵する数となっており、一昨年 ついに胃がん、肺がんを抜き、前立腺がん が男性がんの第1位となりました。

こうした状況のなか、前立腺がんの撲滅を 目指し、病気に関する正しい知識とPSA検 査の普及推進を目指した全国的な活動が 「ブルークローバーキャンペーン」です。



当法人は、前立腺がんの「早期発見、適切治療」に向けた「ブルークローバーキャンペーン」を支援しています。

本年も9/1から10日間にわたり「ブルークローバーキャンペーン旬間」を開催いたしました。

期間中はヘルスパーククリニック外来入 口付近に特設ブースを設置し、展示や資 料配布とともに当法人オリジナルのプロ モーションビデオの上映をおこないまし た。9/7には市民公開講座「女性にも知っ てほしい前立腺がん講演会」を開催し、 前立腺がんに関する最新の話題と、PSA 検査の意義に関する講演、パネルディス カッションを実施いたしました。また、40 歳以上の男性希望者全員を対象とした PSA検診無料券も配布いたしました。



これからも、ブルークローバーキャンペーンを通じて、前立腺がん予防、治療 に向けた啓発活動に取り組んでまいります。

「秋桜」(長野県佐久市) 撮影:加藤真由美様



「秋」(東京都江東区) 撮影:加瀬嘉明様



「実りの秋」(吾妻町) 撮影:高橋恒吉 様

BISHIN

最新

話

MINI GALLERY

公共交通機関時刻表

【有料】

ぐるりん時刻表(有料:大人200円 小学生以下100円)

送迎車運行時間以外は、高崎市循環バス「ぐるりん」をご利用ください。

(ぐるりんH27.4.1改定)

高崎駅→黒沢病院方面 (群馬の森線)中居団地先回り⑩

高崎駅東口 (発)	→ 中居小学校南 (発)	→ ヘルスパーク前 (着)
8:05	8:13	8:17
9:35	9:43	9:47
10:55	11:03	11:07
12:20	12:28	12:32
14:20	14:28	14:32
16:15	16:23	16:27
17:50	17:58	18:02
19:15	19:23	19:27
20:30	20:38	20:42

黒沢病院→高崎駅方面 (群馬の森線)健大先回り⑨

ヘルスパーク前 (発) →	中居小学校南 (発)	→	高崎駅東口 (着)
7:04	7:09		7:20
8:46	8:52		9:05
10:46	10:52		11:00
12:21	12:27		12:35
13:46	13:52		14:00
15:46	15:52		16:00
16:36	16:42		16:50
18:16	18:22		18:30
19:46	19:52		20:00

※ 部分は月~金曜日の運行【土日祝日は運休】です。





ぐるりん停留所

行き 高崎駅からのぐるりんバス乗り場は、東口・群馬の森線・10番 (中居団地先回り)です。

・老健くろさわから高崎駅行き:柴田コーポ前(バス停名:「中居小学校南」)

プ ・ヘルスパーク、黒沢病院から高崎駅行き:矢中小学校前

(バス停名:「ヘルスパーククリニック前」)

※「ヘルスパーククリニック前」「中居小学校南」「老健くろさわ」ともに、高崎駅方面に向う場合は<mark>道路を渡った南側のバス停</mark>から乗車ください。

たまりん(玉村町乗合タクシー) 時刻表(有料:大人200円 小学生以下100円)

玉村方面からお越しの方は、玉村町乗合タクシー「たまりん」高崎直行便をご利用ください。

(たまりんH24.9.1改定)

高崎直行便			年末年始(12/29~1/3) はá	全便運休します。
玉村町役場	8:40	10:20	13:55	15:50	16:45
道の駅玉村宿	8:45	10:25	14:00	15:55	16:50
高崎松風園 森の木クリニック	8:50	10:30	14:05	16:00	16:55
昭和病院	8:52	10:32	14:07	16:02	16:57
高崎高等養護学校	\downarrow	\downarrow	\downarrow	16:07	17:02
アピタ高崎店前	9:00	10:40	14:15	16:10	17:05
黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック	9:05	10:45	14:20	16:15	17:10
アピタ高崎店前	\downarrow	10:46	14:21	16:16	17:11
昭和病院	\downarrow	10:56	14:31	\downarrow	\downarrow
高崎松風園 森の木クリニック	\downarrow	10:58	14:33	\downarrow	\downarrow
道の駅玉村宿	9:13	11:03	14:38	16:24	17:19
玉村町役場	9:20	11:10	14:45	16:30	17:25





Editor's Postscript 編集 後記

はじめまして!本号より健康情報誌BISHINの編集長を務めさせていただきます! 私の趣味は読書です。今年も「読書の秋」として、ジャンルを問わずたくさん本を読みたいと思っています。その中でも今年は編集に関する本を読んで、スキルアップにつなげたいと考えています。至らない点も多々あるかと思いますが、精いっぱい頑張ります! よろしくお願いいたします! (寛)

で意見・で感想お待ちしております で意見・で感想は、下記メールアドレスへお願いいたします! ⇒ bishin@bishinkai.or.jp

美心会送迎車時刻表

黑沢病院送迎車時刻表 無料/月~+曜日運行【日曜・祝日運休



(平成29年3月1日~)

中居団地先回り(送迎車循環マップ参照)

	ヘルスパーク	→ 中居町2丁目	75-17棟前	→ 道林児童公園	プレッセイ	→ スーパーレディ前	」 → ラ・ヴィオラ中居 →	老健くろさわ	⇒ スルスハーク 黒沢病院
	8:30	8:34	8:36	8:38	-	8:41	8:43	8:46	8:50
	10:30	10:34	10:36	10:38	10:43	10:46	10:48	10:51	10:55
中	14:30	14:34	14:36	14:38	14:43	14:46	14:48	14:51	14:55
居	16:30	16:34	16:36	16:38	16:43	16:46	16:48	16:51	16:55
пт	•								

老健先回り(送迎車循環マップ参照)

	<u> </u>		2 /110						
l	ヘルスパーク 黒沢病院	→ 老健くろさわ	⇒ ラ・ヴィオラ中居 c	⇒ 美容院 マスーパーレディ前 マラ	フレッセイ	→ 道林児童公園 →	中居団地 75-17棟前	→ 中居町2丁目 →	ヘルスパーク
	9:30	9:35	9:38	9:41	9:44	9:49	9:51	9:52	9:55
	11:30	11:35	11:38	11:41	11:44	11:49	11:51	11:52	11:55
	15:30	15:35	15:38	15:41	15:44	15:49	15:51	15:52	15:55
	17:30	17:35	17:38	17:41	17:44	17:49	17:51	17:52	17:55

黒沢病院 → 高崎駅

	黒沢病院	→ ヘルスパーク →	老健くろさわ	ラ・ヴィオラ 中居	⇒高崎駅東口
<u> </u>	9:00	9:05	9:12	9:16	9:25
	10:00	10:05	10:12	10:16	10:25
7	11:00	11:05	11:12	11:16	11:25
<u> </u>	12:00	12:05	12:12	12:16	12:25
7	13:00	13:05	13:12	13:16	13:25
	14:00	14:05	14:12	14:16	14:25
	15:00	15:05	15:12	15:16	15:25

高崎駅→ 黒沢病院

高崎駅東口	◆ ^{ラ・ヴィオラ} 中居	→ 老健くろさわ →	ヘルスパーク 黒沢病院
9:30	9:40	9:45	9:50
10:30	10:40	10:45	10:50
11:30	11:40	11:45	11:50
12:30	12:40	12:45	12:50
13:30	13:40	13:45	13:50
14:30	14:40	14:45	14:50
15:30	15:40	15:45	15:50

'イケイ薬局 合智野庄 → セブンイレブン → ヘルスパーク → 老健くろさわ

老健くろさわ 今 ヘルスパーク 会 セブンイレブン 会 **倉賀野駅** 今 **倉賀野神社 今** 10:10 10:15 10:22 10:28 10:32 14:10 14:15 14:22 14:28 14:32

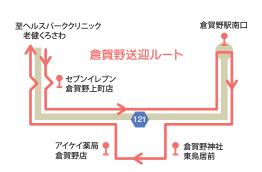


乗	ヘルスパーク→	老健くろさわ 🔷	シエステ さとの花	→ 老健くろさわ -
附送	10:45	10:50	11:15	11:40
迎	14:45	14:50	15:15	15:40

^	⇒ 老健くろさわ(発) 。	◆ ヘルスパーク 黒沢病院(着)
高崎駅送迎バスへ	11:45	11:50
乗り換え	15:45	15:50



- 「高崎駅東口」は交番前、またはその付近からの発着です。
- ・「黒沢病院」は病院正面玄関前、
- 「ヘルスパーク」は外来玄関前からの発着です。
- ・「老健くろさわ」は(旧黒沢病院)西側玄関前からの発着です。
- ・交通事情により遅れる場合がございます。



医療法人 社団美心会 黒沢病院附属

受付時間 7:00~18:00

診療時間 9:00~13:00·15:00~18:00

、ルスパーククリニック 医師外来予定表 Tel.027-352-1111

平成29年10月1日(日)~

						7	P成29年10月1日(日)~
診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
	午前	黒澤·曲	曲·須藤	黒澤・小倉	小倉•中嶋	曲・岡	黒澤・小倉/曲
泌尿器科	午後	小 倉 【排尿機能】曲 ^{予約制}	黒澤	中嶋	小倉	曲	中嶋/須藤
脳神経外科 (脳卒中)	午前	中島	中島	中 島 石原	中 島 大 森	中島	小倉 _丈 大森(10:00~11:30)
(四十十十)	午後	大 森	武 山	脳神経外科医師	中島弘	脳神経外科医師	脳神経外科医師
外科	午前	田口(11:00まで)	田口(10:30まで) 【乳腺】栗原 【呼吸器】清水(11:30まで)	田口(11:00まで)	田口(11:00まで) 【乳腺】菊地(11:30まで)	田口(10:30まで) 【乳腺】栗原	【乳腺】藤井 外科医師(11:00から)
71 14	午後	栗原	【乳腺】遠藤敬 予約制	田口予約制	田口(17:30まで) 【乳腺】藤井(16:30まで)	栗原 第1.3 藤井 第2.4.5	栗原
内科	午前	【循環器】佐藤 _裕 矢 島 松 本	石 井 浅 香 【循環器】直田(12:00まで)	佐藤裕(11:00まで) 【肝臓】矢島 太 田 錦戸(11:30まで)	【循環器】佐藤 _裕 石 井 松 本	町田(12:00までの場合あり) 【循環器】静(11:30まで) 太 田	【循環器】佐藤 _裕 矢 島 松 本
	午後	【循環器】佐藤裕 矢 島 【一般・睡眠時】町田	【循環器】佐藤 ^裕 松 本 太 田	矢 島 町 田	矢 島	矢 島上 野	【循環器】佐藤裕 松 本 浅香(17:00まで)
整形外科	午前	_	_	【整形·形成外科】中村 【整形·形成外科】牧口 第4	_	_	整形外科医師 第1 米本 第2.3.5 中島 第4
	午後	_	_	_	_	_	整形外科医師
	午前	_	_	_	宮川(10:30まで)		
皮膚科	午後	【美容皮膚科】遠藤予約制	_	_	_	_	_
——————— 婦人科	午前	_	_		_	_	_
メロンヘイギー	午後	浅野目	_	浅野目	浅野目	浅野目	_
歯科	午前	小林 _充 •葭葉	河内·西原	小林 _充 •河内 代田 第2	小林充•栗原祐	河内・西原 【インプラント】重原 第2.4	小林充•齊藤
歯科口腔外科	午後	小林 _充 ·葭葉	西原	小林 _充 代田 第2	小林 _充 手術日	西原 【インプラント】重原 第2.4	小林充•齊藤
内視鏡	午前 胃	小林·太田·錦戸 蔵屋敷·緒方 木澤 太田·上野	小林・太田 新井・坂本 五十嵐 内視鏡医師 一	小林·今井 蔵屋敷·三浦 須賀·加藤 太田	小林·太田·上野 山崎·戸島 内視鏡医師 太田·錦戸	小林・浅香・上野 綿貫・緒方 内視鏡医師 太 田	小林・今井 内視鏡医師(5名) 浅香(10:30から)
	午後・大腸	小林	小林•上野	太田・浅香(17:30まで)	小林・(太田)	小林•太田	
	十俊*天腦	小 秋	小州•上對	A 田 * 浅台 (1/.30まで)	小林•(太田)	小州•太田	川于*

※/はどちらかの医師です・は複数名の医師が診察担当です。 ※学会・緊急手術等で診察時間・予定が変更になる場合があります。申し訳ございませんがご了承お願い致します。 ※当院では外来診療待ち時間短縮の為、予約診療を導入しております。ご利用下さい。 ※時間外・休日の救急対応については、黒沢病院で行っております。 Tel.027-352-1166

]	専門外来					
肝臓外来	矢島					
糖尿病外来	石井					
呼吸器外科	清水					
整形・リウマチ外来	米本					
無呼吸外来	町田·松本					
循環器外来	佐藤 _裕 •静					
消化器内科	太田					
乳腺外来	藤井・栗原・遠藤敬一・菊地					



医療法人社団美心会 **黒沢病院** 〒370-1203 高崎市矢中町187 Tel:027-352-1166

医療法人社団美心会 黒沢病院附属 ヘルスパーククリニック 〒370-1203 高崎市矢中町188 Tel:027-352-1111