

一期一会

(いちごいちえ)

美幌町立国民健康保険病院 広報誌 令和8年度第2号

目次

2 町民医学講座 その269

子どもの気管支喘息について

小児科医師

前田 亮

4 町民医学講座 その270

どうして膝に水は溜まるの？

整形外科医師

又吉 章政

7 町民医学講座 その271

人生会議についてご存じでしょうか？

3階病棟 緩和ケア認定看護師

佐藤 真奈美

9 町民医学講座 その272

そのキノコ、本当に食べても大丈夫？

～見た目では分からない毒キノコの危険性～

薬剤科薬剤師

小田島 耕之介

11 編集後記

小児科医師

前田 亮

12 外来の診療案内

発行：美幌町立国民健康保険病院

〒092-0004 北海道網走郡美幌町字仲町2丁目38-1

TEL 0152-73-4111/FAX 0152-72-3595

mail address: byouin@town.bihoro.hokkaido.jp

URL <http://www.town.bihoro.hokkaido.jp/docs/2014082000023/>

編集：美幌町立国民健康保険病院広報委員会

2026年9月 発行(通算 第145号)



「ゼーゼーして息が苦しそう」「夜中にせき込んで眠れない」——子どもの気管支喘息(以下、喘息)は、見守る家族にとっても大変心配な病気です。以前は発作が起きないように日常生活や運動を制限するような時代もありましたが、現在は治療薬も充実し良い状態を維持していれば、喘息のない子どもと同じようにスポーツをしたり日常生活を楽しく過ごしたりできるようになりました。

普段の診療のなかで十分に説明しきれていなかったことを、この記事で解説したいと思います。ご両親を含めお子さんを預かることのあるおじいちゃんおばあちゃんにも、ぜひ読んでいただけたらと思います。

1. 喘息ってどんな病気？

喘息の本質は、もともと気管支に過敏性があり、普段から気管支が腫れている(慢性的に気管支が炎症を起こしている)病気です。

正常な気管支と喘息の気管支の比較

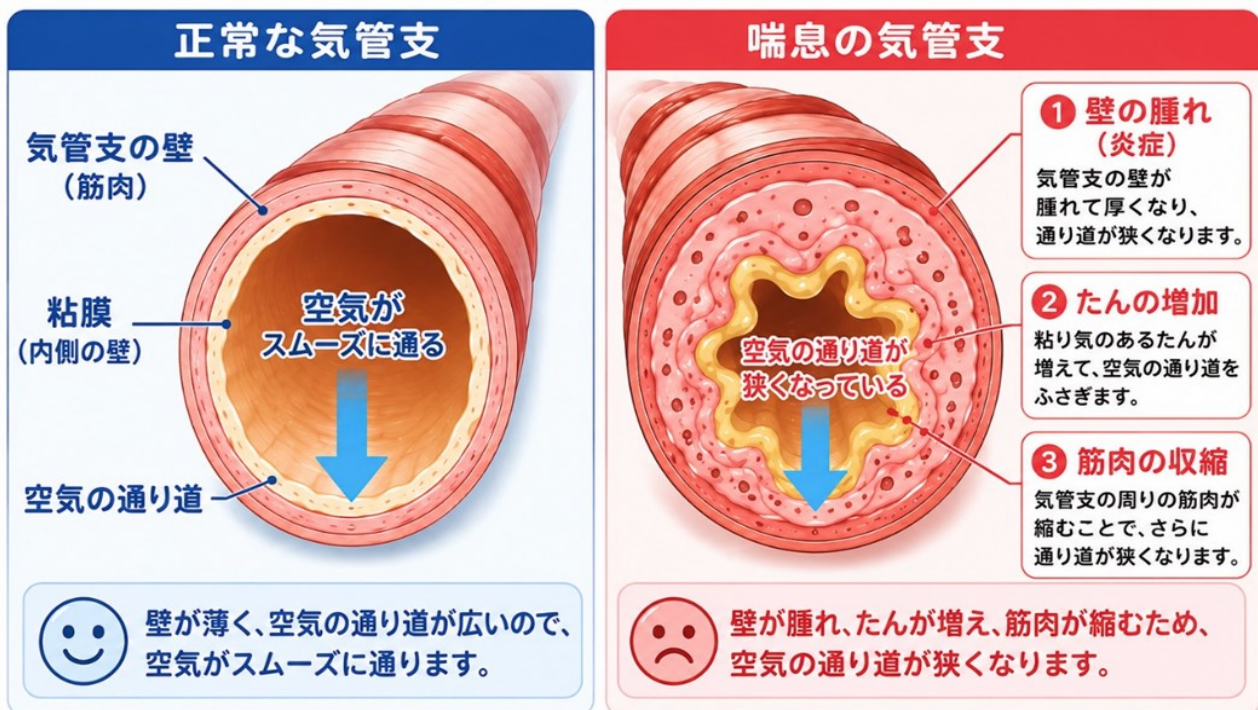


図1

慢性的な炎症が起きているため、普段から気管支の内側の粘膜が腫れ、さらに痰の分泌があり、もともとの通り道が狭くなっています(図1)。そこに風邪のウイルスやホコリなどの刺激が加わると、気管支の周りにある筋肉が縮んで、さらに通り道が狭くなります。これが喘息発作の正体です(右ページ図2)。

2. こんな症状はありませんか？

子ども、特に小さいうちは「息が苦しい」とうまく表現することができません。以下のサインに注意してみましょう。

- 息をはくときに「ゼーゼー」「ヒューヒュー」と音がする。
- 夜間や朝方*に咳をして目が覚める。時にせき込んで嘔吐する。
- 走り回ったり笑ったりしたときにせき込む。
- 息を吸うときに鎖骨の上や胸のあたりがぺこぺこ凹む(陥没呼吸)。

*夜から朝にかけては体を休ませるほうの副交感神経が優位となり、空気の通り道が自然と狭くなるため、症状が出やすくなります。

喘息発作の仕組み

3つの変化が重なって、空気の通り道が狭くなります

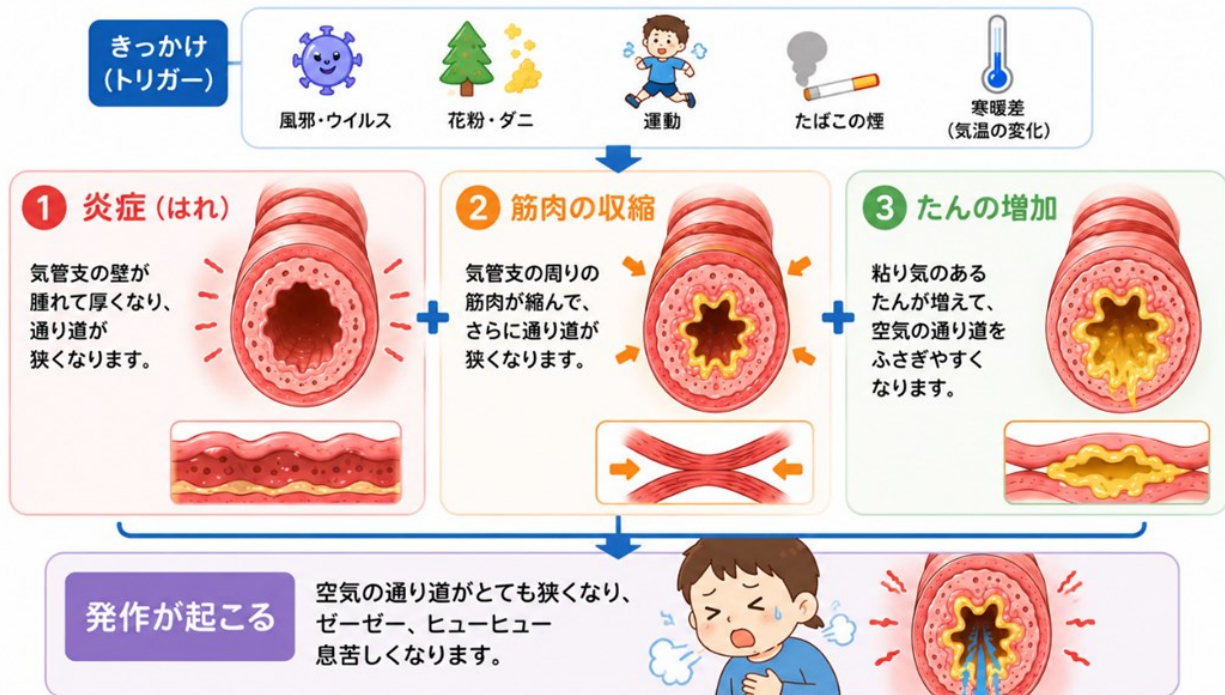


図2

3. 発作を引き起こす原因、トリガー (引き金)

気管支を刺激して発作を起こす主な原因には、以下のようなものがあります。

分類	具体的な原因
感染症	風邪、インフルエンザ、RSウイルスなど (最も多い引き金です)
アレルゲン	ダニ、ハウスダスト、ペットの毛、カビ、花粉
環境・気候	タバコの煙 (受動喫煙)、急激な気温・気圧の変化 (台風の前など)
その他	激しい運動、強いストレスや興奮

4. 喘息の治療について

喘息の治療薬には、役割が全く異なる2種類のお薬があります。

① 毎日使う「(発作を引きにくくする) 予防のお薬」: **長期管理薬** → 症状がなくても続ける!

吸入ステロイドや**ロイコトリエン受容体拮抗薬**などです。ふだんから起きている気道の炎症 (気管支の腫れ) を抑える薬で、医師の指示に従い症状がなくても続ける薬です。

② 発作が起きた時に使う「発作を治す薬」: **発作治療薬** → 発作が起きた時のみ使用する!

気管支拡張剤 (内服薬や吸入薬など) です。狭くなった気管支を一時的に広げて症状を緩和させます。

【よくある経験談】「元気になったから」と薬をやめて、大発作を繰り返したAさんのお話

5歳の男の子のママであるAさんは、お子さんのゼーゼーが治まり、毎日元気に走り回る姿を見て、「もう治ったのかも」「毎日の薬は体に負担だし、そろそろやめてもいいよね」と、自己判断でお薬 (長期管理薬) を休ませてしまいました。やめてから数週間は何も起きず安心していましたが、季節の変わり目に軽い風邪をひいた途端、夜中に突然、これまでで一番激しい大発

作を起こして救急搬送され入院となってしまいました。「目に見える症状（火）が消えても、気管支の奥の腫れ（くすぶる種火）はまだ残っていたんですよ。そこへ風邪という風が吹いたから、一気に大火事（大発作）になってしまったんですよ。お薬を続けることは、次の火事を防ぐための『火の用心』なんです」。その後、Aさんは症状がなくても毎日お薬を根気強く続けました。すると、次に風邪をひいたときは少し咳が出る程度で済み、夜間の救急外来に駆け込むこともなくなりました。

5. 家庭でできる**環境整備**（原因を減らす）

①ダニ・ハウスダスト対策

子どもの喘息はアレルギーの関与している割合が大人に比べて高く、アレルギー対策が有効です。ほこりがたまりやすい環境（じゅうたんやぬいぐるみなど）を見直し、寝具をこまめに干す、洗う、掃除機をかけるなどをしましょう。

②タバコの煙の完全排除

タバコの煙は気管支への強い刺激になります。換気扇の下で吸っていても、服につく成分や吸った後の息からでる有害物質が子供に悪影響を与えます。吸っている本人自身のためでもあります、子どものために家族全員での禁煙が強く推奨されます。

③風邪の予防

アレルギーが関わっている割合が高いとは言いましたが、子どもの発作の最大の引き金は風邪（感染症）です。普段からの手洗い・うがいなどの感染対策やワクチンによる予防を適切に行いましょう。

6. 前向きに治療を継続するために

「ステロイド」と聞くと、副作用を心配される保護者の方もいらっしゃるかもしれません。しかし、喘息で使う吸入ステロイド薬は、飲み薬や注射のステロイドとは異なり、「必要な場所にだけ、ごく微量（飲み薬の数百分の1の量）」を届けるため、医師の指示通りに使っていれば子どもの成長（身長など）への影響はほとんどないと実証されています。むしろ、発作を繰り返して夜眠れなかったり、運動ができなかったりすることの方が、心肺機能の発達や心の健康にマイナスとなります。

かつては「子どもの喘息は成長すれば7割近くが自然に治る」と言われていました。しかし近年の研究では、**思春期までに完全に治りきる（寛解する）割合は3～4割程度**であり、残りの多くの人は、成長して体が強くなったことで一時的に症状が隠れているだけ（気管支の奥には炎症がくすぶっている状態）であると分かってきました。子どものときに炎症を長引かせずに、しっかりコントロールできたかは重要で、大人になってからの健康にも大きく影響します。

「発作が出ないのが当たり前」の毎日を維持し、将来にわたって健やかな気管支を育てるために、根気強く治療を続けていきましょう。

町民医学講座 その270

どうして膝に水は溜まるの？

整形外科医師

又吉 章政

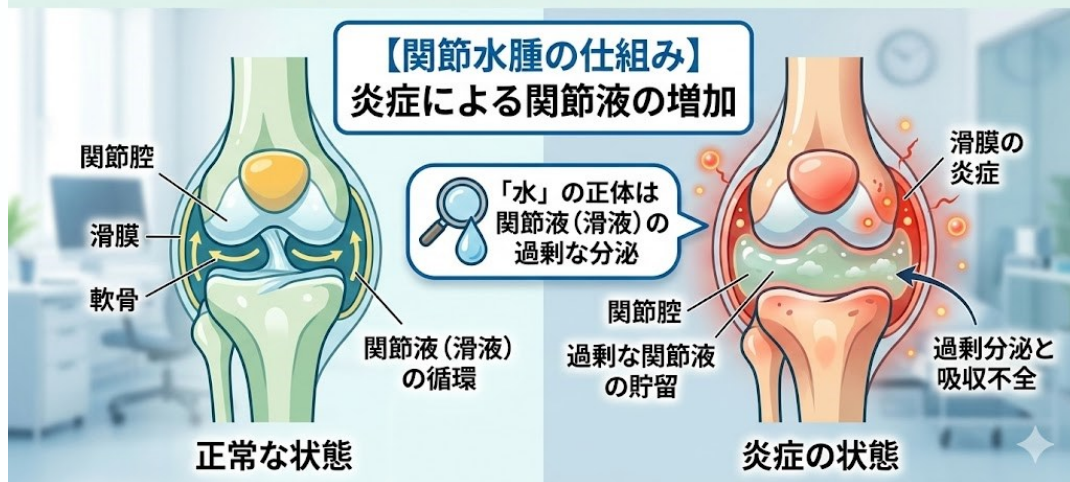
膝に水が溜まる主な原因は、膝関節内の滑膜が炎症を起こした結果、血管（主に滑膜と呼ばれる部分に）が増えて血管から水が漏れやすくなり起こります。専門的には血管透過性が上がるということです。関節液が過剰に分泌されるためであり、代表的な病気には**変形性関節症、半月板損傷、痛風や関節リウマチ**などがあります。

膝の痛み

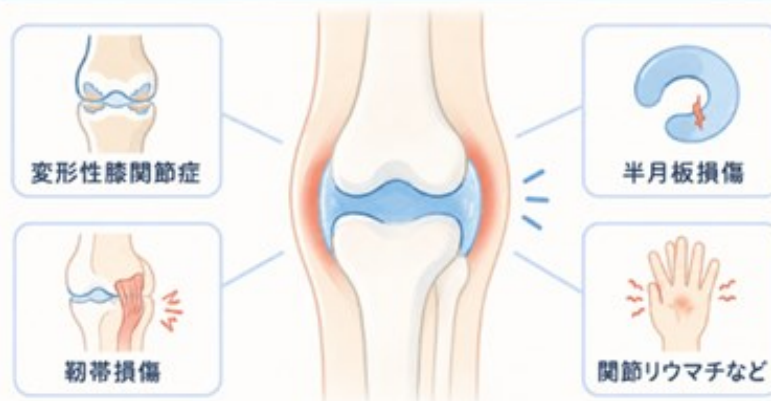
痛みは水が溜まるから起こるのではなく、血管が増えることで神経が興奮し起こっていると考えられています。つまり、膝に負担がかかる→炎症を起こして血管が増える→神経が興奮して痛み、血管から水が漏れる、ということになります。

関節水腫とは？

膝に水が溜まる正体とメカニズムを解説

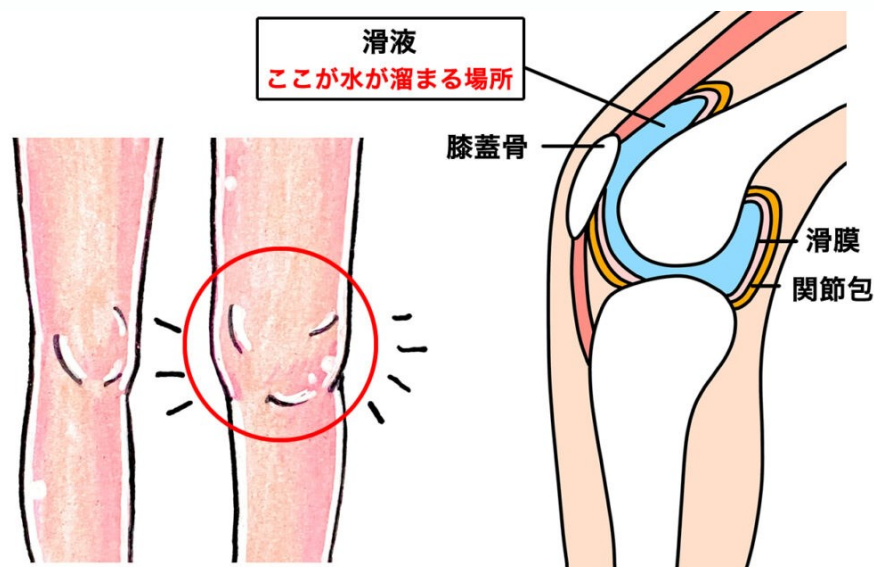


膝に水が溜まる主な原因



水が溜まる場所

膝の関節には関節腔と呼ばれる場所があり、滑膜という膜で囲まれています。膝のお皿の上付近には比較的スペースがあり、こちらに水が溜まって気づくことが多いです。



主な原因となる病気やケガ

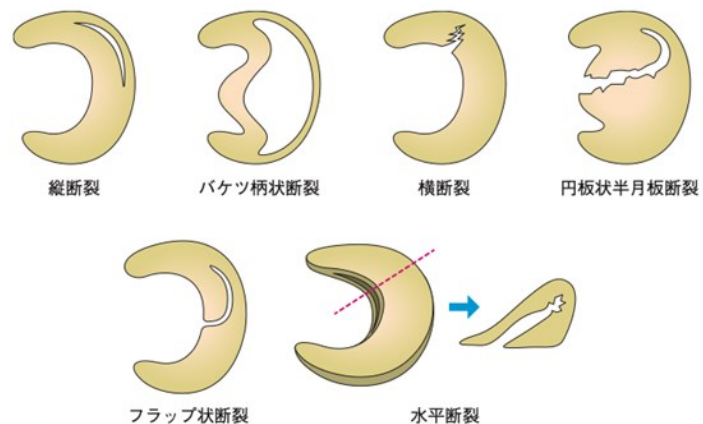
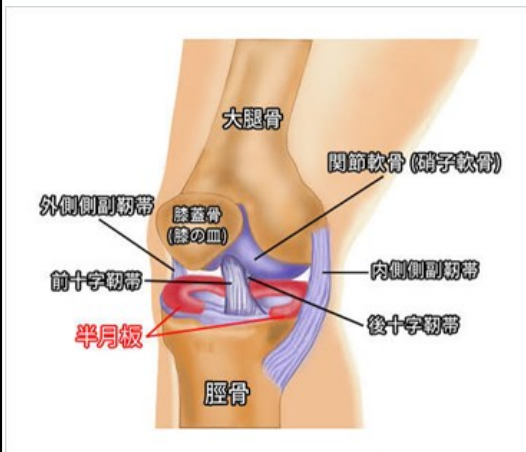
- ①**変形性膝関節症**:加齢や軟骨のすり減りが原因で、中高年に最も多くみられます。

長年の負担によって膝関節内の滑膜が炎症を起こした結果、血管(主に滑膜と呼ばれる部分に)が増えて、血管から水が漏れやすくなり起こります。



- ②**半月板・靱帯損傷**:半月板損傷(膝のクッションである軟骨の破損)靱帯損傷(膝を支えるベルトの役割をする組織の断裂)

スポーツや転倒などによる強い負荷や外傷が原因で、膝に強い炎症が起きると水が溜まることがあります。若い方にも起こります。



- ③**痛風・関節リウマチ**:血液中の尿酸値が高い状態(高尿酸血症)が続くと関節内に尿酸が結晶となり蓄積します。この結晶を白血球が処理する際に激しい炎症が起きるものが痛風です。関節リウマチは免疫の異常が原因で、様々な関節に炎症が起きます。

- ④**感染症**:稀に細菌が関節内に入り込んで化膿性関節炎を引き起こす場合があります。

正しい対処と注意点

膝に水が溜まらないようにするには

適正体重の維持、太ももの筋トレ、膝に負担をかける動作の回避が大切です。

日常生活の工夫

- **体重を減らす**:体重が1kg減ると、歩行時の膝の負担は3kg減ります。すなわち歩行時に膝には体重の3倍の負担がかかっています。
- **正座やひねりを控える**:正座や急に足をひねる動きは膝に強い負担をかけます。
- **膝サポーターを使う**:歩行時のぐらつきを抑えて、関節の安定性が増します。
- **太ももを鍛える**:椅子に座って足をまっすぐ伸ばし、数秒そのままを維持する筋トレで膝を支える筋力をつけます。
- **無理のない範囲で歩く**:平らな道を少しだけ歩くことで、血行をよくします。
- **痛むときは冷やす**:熱感や強い痛みがあるときは、無理に動かさず氷嚢などで冷やしてください。慢性的(持続的)な軽度の痛みの時には逆に温めた方が楽になることがあります。

水を抜いても、原因である炎症が治まっていなければ再び水が溜まります。そのため水を抜くことを繰り返す方のなかには、「水を抜くと癖になる」との誤解を持つ方もいます。適切に原因に対して治療すれば、癖になることはありません。水を抜くことで関節内の圧力がさがり、痛みや関節の動きが改善します。

初期症状としては、腫れ、重だるさ、突っ張り感などが出現し、膝関節を曲げ伸ばしがやりづら

くなることもあります。

自然に治ることの第1選択としての治療としては安静が一番ですが、活動性の高い方には難しいこともあります。そのため自然に治ることが基本的には難しい方が多く、炎症を抑える根本的な治療(原因の特定と治療)が必要になってきます。

一般的には膝関節は整形外科の領域になります。早めの整形外科受診を勧めます。

町民医学講座 その271

人生会議をご存じでしょうか？

3階病棟 緩和ケア認定看護師

佐藤 真奈美

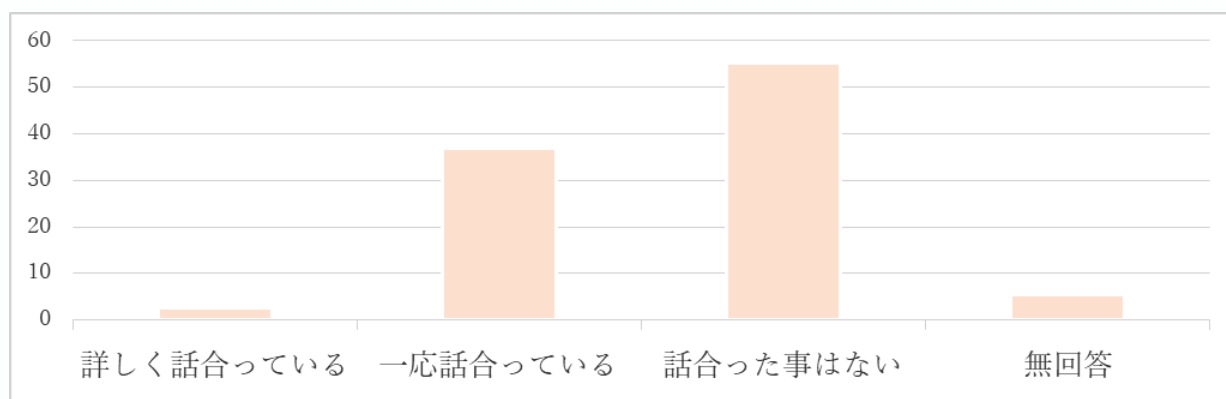
人生会議（アドバンス・ケア・プランニング：ACP）とは

誰でも、いつでも命に係わる大きな病気やけがをする可能性があります。命の危機が迫った状態になると約70%の人が医療やケアなど自分で決定したり希望を人に伝えたりすることが困難となるといわれています。

もしもの時に自分が望む医療やケアについて、事前に考え何度も話し合い、患者さんやご家族、代理意思決定者、医療従事者と共有すること、その話し合いをする過程のことを「人生会議」といいます。心身の状態やライフイベントに応じて大切にしたいことや気がかりなことは変化するため、継続して話し合うことが必要です。

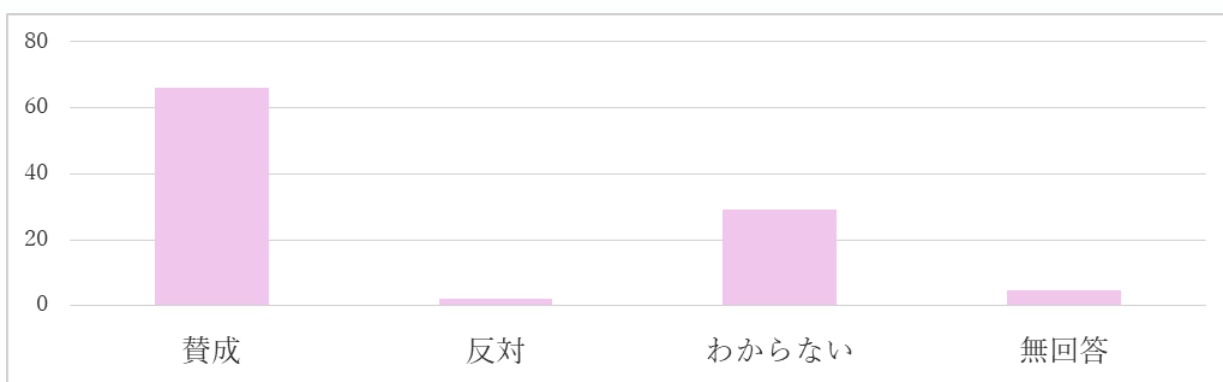
【人生の最終段階における医療に関して、家族や医療関係者と話し合いをすることについて】

あなたが死に近い場合に受けたい医療や受けたくない医療・療養について、ご家族や介護・医療者とどれくらい話し合った事がありますか？（一般国民 n=973、グラフは％表示）



【事前指示書を作成しておくことについて】

あなたは、自分が意思決定できなくなった時に備えて、どのような医療や療養を受けたいか、あるいは受けたくないかなど、記載した書面をあらかじめ作成しておくことに対してどう思いますか？（一般国民 n=973、グラフは％表示）



資料：「人生の最終段階における医療に関する意識調査報告書」

人生会議のステージ

人生会議は健康状態に応じて3つの段階があります。

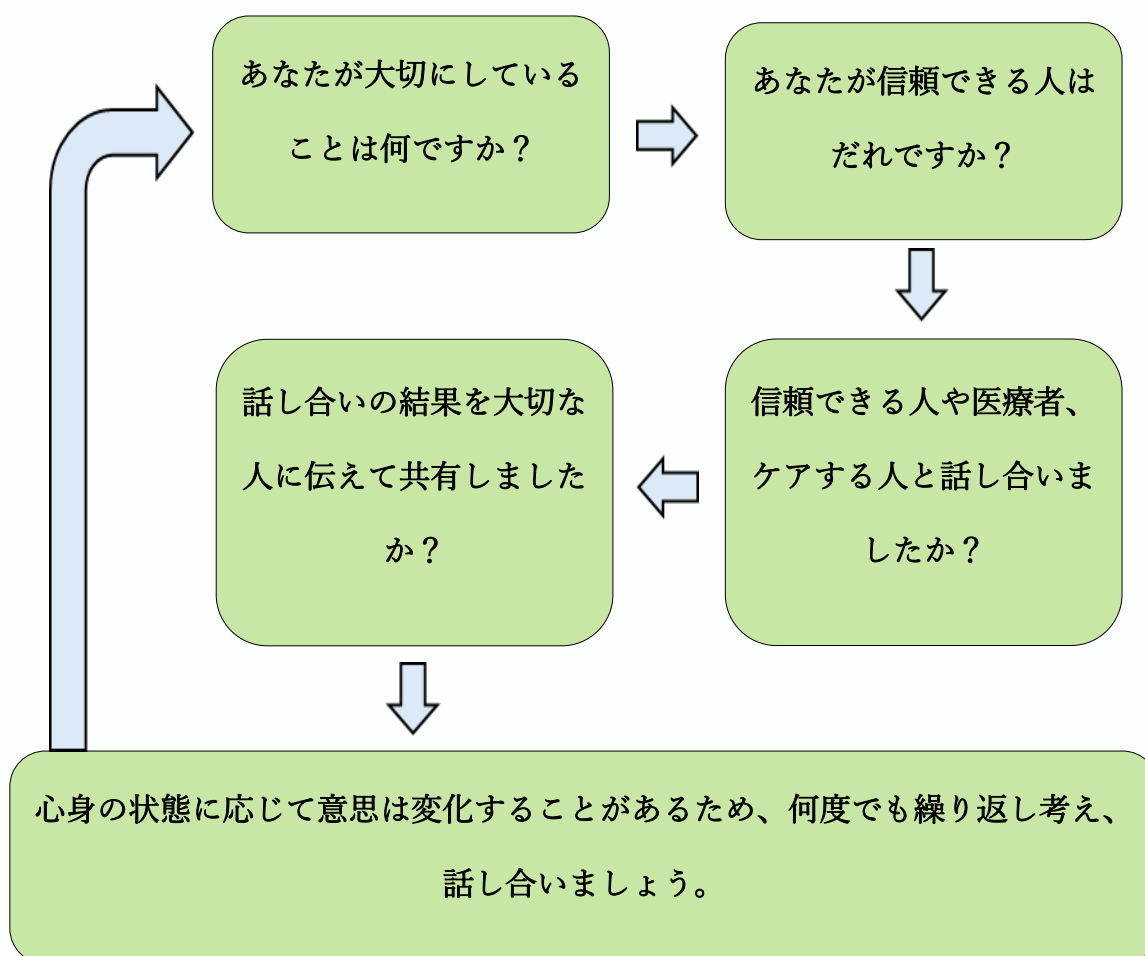
第1段階：健康なすべての成人 生や死を考える人

第2段階：病気や障害を持つ人や高齢者

第3段階：重篤な病状・人生の最終段階の人

第2、第3段階の人生会議は病院・診療所・高齢者施設・サービス事業所・地域の相談窓口など多様な場で支援し、ご本人の意思を繋ぎ繰り返し行う事が大切です。

【話し合いの進め方(例)】



人生会議から得られること

- 患者さんと医療従事者、患者さんと代理意思決定者との信頼関係が深まります。
- 患者さんの自己コントロール感が高まります。自己コントロール感とは自分で自分をコントロールできている感覚で、これにより自尊心が高まり自信に繋がります。
- 治療の意味、生きる意味を患者さんが見つめなおす機会になります。
- 患者さんの希望が尊重されます。そして生活の質が高まります。
- 患者さんの希望が尊重されると、遺族の満足度が高まります。遺族の抑うつ、外傷後ストレス症候群や不安障害が軽減されることがあります。

まずは、

- 1) あなたの希望や思いについて考えましょう。
- 2) あなたの健康について学び考えましょう。
- 3) あなたの代わりに意思決定してくれる人を選びましょう。
- 4) 医療に関するあなたの希望や思いについて伝えましょう。
- 5) あなたの考えを文章にしましょう。

これからの豊かな人生を目指して考えてみませんか？

町民医学講座 その272

そのキノコ、本当に食べても大丈夫？

～見た目では分からない毒キノコの危険性～

薬剤科 薬剤師 小田島 耕之介

■毒キノコは200種類以上あるが、食用は約100種類しかない

秋になると山にはたくさんのキノコが顔を出します。キノコ採りを毎年楽しみにしている方も多いのではないのでしょうか。しかし、その楽しみの裏には「毒キノコによる食中毒」という危険が潜んでいます。

毒キノコと聞くと、ゲームに登場するような紫色や青色の派手なキノコを思い浮かべる方もいるかもしれませんが、しかし、現実の毒キノコはそんなに分かりやすくありません。食用キノコとよく似た見た目をしているものが多く、長年キノコ採りをしている人でも見分けを誤ることがあります。

北海道では1989年（平成元年）以降、355人が毒キノコによる食中毒となり、そのうち4人が亡くなっています。北海道では「知らないキノコは採らない、食べない、売らない、あげない」と呼び掛けていますが、残念ながら毎年のように食中毒が発生しています。特に北海道、長野県、東北地方など、野生のキノコを食べる文化のある地域では多く報告されており、9月～11月は特に注意が必要です。

毒キノコによる食中毒発生状況（平成27年～令和6年）

キノコの種類	間違えやすい食用キノコの例 （「自然毒のリスクプロファイル」より）	事件数	患者数	死者数
ツキヨタケ	ヒラタケ、ムキタケ、シイタケ	110	305	0
クサウラベニタケ	ウラベニホテイシメジ、ホンシメジ、ハタケシメジ	※35	※102	※0
テングタケ	—	16	26	0
ドクササコ	ナラタケ、ホテイシメジ、アカハツ、チチタケ	7	13	0
イボテングタケ	—	4	5	0
カキシメジ	ニセアブラシメジ、チャナメツムタケ、シイタケ	9	30	0
イッポンシメジ	—	※4	※7	※0
オオシロカラカサタケ	—	10	16	0
ニガクリタケ	ナメコ、クリタケ、ナラタケ、ナラタケモドキ	0	0	0
オオワライタケ	—	0	0	0
ニセショウロ	—	2	3	0
ハイロシメジ	—	1	3	0
ヒカゲシビレタケ	シロマツタケモドキ、ハラタケ、ツクリタケ	1	2	0
タマゴダケモドキ	キタマゴタケ	2	2	0
ドクツルタケ	シロマツタケモドキ、ハラタケ、ツクリタケ	※※3	※※4	※※2
ニセクロハツ	クロハツ、クロハツモドキ	2	2	1
オオシビレタケ	—	0	0	0
カブラアセタケ	—	1	1	0
その他	—	※※15	※※38	※※1
不明	—	15	38	1
合計		237	597	5

■本当に見分けられますか？



写真のキノコは、左からウラベニホテイシメジ、クサウラベニタケ、ハタケシメジ、ホンシメジです。皆さんは、この中から毒キノコを見分けられるでしょうか？

実際には専門家でも見分けが難しい種類があり、「色が派手だから毒」「虫が食べているから安全」といった見た目や言い伝えだけで判断することはできません。もしスーパーで購入したしめじに混ざっていたとしても、多くの人は気付かず食べてしまうかもしれません。

■毒キノコにもさまざまなタイプがあります

キノコ毒による中毒は、「お腹を壊すだけ」と思われがちですが、実際には毒の種類によって症状は大きく異なります。軽症で済むものから命に関わるものまでさまざまです。

①消化器障害型(最も多いタイプ)

ツキヨタケやクサウラベニタケによる中毒では、胃腸を刺激する成分が原因と考えられています。食後30分～3時間ほどで吐き気、嘔吐、腹痛、下痢などが現れます。命に関わることは比較的少ないものの、激しい嘔吐や下痢によって脱水が進み、入院が必要になることもあります。

②神経障害型

テングタケ、ベニテングタケに含まれるイボテン酸やムッシモールなどの成分が脳や神経に作用し、めまい、ふらつき、眠気、興奮、幻覚などの神経症状が現れます。種類によってはムスカリンという成分により大量の汗や涙、唾液が出たり、脈が遅くなったりすることもあります。意識障害や呼吸障害を起こす重症例もあるため注意が必要です。

③原形質毒性型

ドクツルタケなどに含まれるアマトキシシン類による中毒です。アマトキシシンは細胞内でタンパク質が作られるのを妨げ、肝臓や腎臓の細胞を壊します。摂取後6～24時間ほどして激しい嘔吐や腹痛、下痢が現れ、その後一旦症状が治まったように見えますが、安心はできません。数日かけて肝臓や腎臓の障害が急速に進行し、命に関わる場合があります。

■治療は「特効薬」があるわけではありません

残念ながら多くのキノコ毒には特効薬はなく、治療は点滴で脱水を防ぎ、吐き気や腹痛などの症状を和らげる対症療法(支持療法)が中心となります。重症例では集中治療や血液浄化療法、場合によっては肝移植が検討されることもあります。

■毒キノコの毒は熱では壊れません

キノコ毒の多くは、加熱や乾燥、塩漬けしても毒性が失われません。例えば、ドクツルタケのアマトキシシンは熱に強く、十分に加熱しても毒性は残ります。そのため、「よく火を通せば大丈夫」という考えは誤りです。

■「昔からの言い伝え」は信じない

「虫が食べているから安全」

「縦に裂けるキノコは食べられる」

「ナスと一緒に煮れば大丈夫」

「塩漬けにすれば毒が抜ける」

と言った言い伝えがありますが、これらには科学的根拠はありません。

実際には虫が食べても人には猛毒となるキノコがあり、これらの思い込みが食中毒につながることがあります。

北海道で食中毒の原因となった毒キノコは、判明しているものではテングタケが最も多く、患者数ではクサウラベニタケやツキヨタケによる中毒も多く報告されています。いずれも食用キノコと非常によく似ており、見た目だけで判断することは困難で、上記のような言い伝えに頼るのも大変危険です。

■秋の味覚を安全に楽しむために

毒キノコによる食中毒は、「知らなかった」「少しなら大丈夫だと思った」という油断から起こることが少なくありません。

分らないキノコは採らない、食べない、人にあげない。

これが最も確実な予防法です。

もし、食後に吐き気や腹痛などの症状が現れた場合は、自己判断せず速やかに医療機関を受診してください。その際、食べ残したキノコや採取したキノコ、写真などがあれば、適切な診断や治療につながることもあります。

秋はキノコ採りを楽しめる季節ですが、誤った判断は命に関わることがあります。正しい知識を身に付け、安全に秋の味覚を楽しみましょう。

編集後記

小児科医師 前田 亮

7月には熊本で大きな地震があり、8月には千葉で大雨がありました。私事ですが、どちらにも身内、親戚が近くに住んでおり大変心配な状況でした。テレビのインタビューでは、「こんなにゆれたことはない」、「こんな大雨は初めての経験だ」などと現地の方が答えていらっしゃるようですが、そのような場面に遭遇する確率は本当に低いものだと思います。しかし、実際に被災されている方々は一定数いらっしゃるわけで、これらの出来事をふまえて自分が実際に被災したらと想像力を働かせ、備えをする必要があると考えさせられます。幸いこの地域は災害が少ない場所ではありますが、みなさんも油断なさらず必要最低限の水や食料、電源など災害時の備えをしておきましょう。

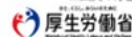
毒 キノコに要注意！
食中毒は毎年発生！危険なキノコが身近にあります

絶対 採らない！ 食べない！ 売らない！ 人にあげない！

- ◆ キノコを食べて体調が悪くなったなら、すぐに医師の診察を！
- ◆ 気温の高い夏の後に過度な降雨があり、朝晩の気温が低下すると、多くのキノコが発生する可能性があります

ツキヨタケ	テングタケ
中毒症状 食後30分～1時間程度で嘔吐、下痢、腹痛等の中毒を起こす。 間違えやすい食用きのこ ・ヒラタケ ・ムキタケ ・シイタケ	中毒症状 食後30分程度で嘔吐、下痢、腹痛など胃腸消化器の中毒症状が現れる。 神経系の中毒症状、瞳孔の収縮、発汗、めまい、痙攣等で、呼吸困難になる場合もあり、1日程度で回復するが、古くは死亡例もある。
クサウラベニタケ	ドクツルタケ
中毒症状 食後20分～1時間程度で嘔吐、下痢、腹痛等の消化器系の中毒を起こす。唾液の分泌、瞳孔の収縮、発汗などの症状も現れる。 間違えやすい食用きのこ ・ウラベニホテイシメジ ・ホンシメジ ・ハタケシメジ	中毒症状 食後6～24時間程度でコレラ様の症状（嘔吐、下痢、腹痛）が現れるが1日でおさまる。 その後24～72時間程度で内臓の細胞が破壊され肝臓肥大、黄疸、胃腸の出血などの肝臓、腎臓機能障害が現れ、死亡する可能性がある。

※出典：厚生労働省ウェブサイト（自然毒のリスクプロファイル）



**厚生労働省からのリーフレット
（インターネットで閲覧可能）**

外来診療案内

※受診の際は、下記の診療体制をご確認の上ご来院願います。
10月から変更あるため、国保病院ホームページ等でご確認ください。

受付時間	受付窓口	再来受付機（再来の方のみ）
午 前	8：45～11：00	8：00～11：00
午 後	12：30～16：00	12：30～16：00

※土日・祝日は休診です。 ※眼科の午後診療は、15時までの受付です。

診療科	時間	月	火	水	木	金
内 科 (消化器 呼吸器 循環器)	午前	西村 光太郎 池川 敦子 (非常勤)	西村 光太郎 松井 寛輔 池川 敦子 (非常勤)	西村 光太郎 岡本 充功 (非常勤)	松井 寛輔 池川 敦子 (非常勤) 岡本 充功 (非常勤)	西村 光太郎 岡本 充功 (非常勤)
	午後	松井 寛輔 池川 敦子 (非常勤)	佐々木 隆志 (非常勤) 池川 敦子 (非常勤)	松井 寛輔 岡本 充功 (非常勤)	西村 光太郎 山崎 康 (非常勤) 池川 敦子 (非常勤)	臨時 担当医 山崎 康 (非常勤)

※個人健診の予約について

希望日の3日前までにご予約ください。（予約方法等の詳細は、国保病院ホームページをご参照ください。）

【健診実施日：火曜日～金曜日、受付時間：8時30分～15時】

脳神経 外科	午前	土田 哲	休診	土田 哲	休診	土田 哲
	午後	休診	土田 哲	休診	土田 哲	※物忘れ外来 土田 哲

整形外科	午前	又吉 章政	又吉 章政	又吉 章政	又吉 章政	又吉 章政
	午後	午後は手術等のため休診となります。（急患の方の診療はお問い合わせ願います。）				

小児科	午前	前田 亮	前田 亮	前田 亮	前田 亮	前田 亮
	午後		乳児健診のため休診			

泌尿器科	午前	休診	野崎 哲夫	野崎 哲夫	野崎 哲夫	休診
	午後		手術のため休診			

眼 科	午前	旭川医大出張医 15時までの受付	休診 (*)	旭川医大出張医	旭川医大出張医 15時までの受付	休診 (*)
	午後			手術のため休診		

※物忘れ外来は電話予約(0152-73-4111)をお願いします。混み合う場合がありますので余裕をもって予約願います。

※小児科の予防接種は予約制となります。（接種希望日の3日前(土・日・祝日除く)までにご予約ください。）

※眼科の休診(*)時には、事前の医師指示により視能訓練士が予約検査を行っています。