

外来新体制スタート



1年の抱負を語る玄々堂君津病院永嘉院長(中央)、坂田クリニック大崎院長(左) 茅野常務理事(右から2人目)(1月5日、外来待ち合いホールにて)

地域のニーズに比べ、30年間夜間診療を行ってきたが、平成20年12月をもって終了となった。1月からは、専門外来の充実とともに、当院外来にかりつけの患者さまに良質な医療を継続して受けて頂くために、一般外来も徐々に予約外来へと移行する予定である。医療を取り巻く環境が厳しい中、外来の機能を見直し、よりよい地域医療を目指して外来の新体制がスタートした。

インフルエンザ急増

インフルエンザの陽性者数は昨年未だから急増している。当院では例年の流行のピークが1月中旬、2月中旬なので、今季は大流行する可能性がある。

今季の当院でのインフルエンザの陽性者数は、11月1日～12月24日までの約2ヶ月間はA型15名B型1名と、この時期までは例年と比較してそれほど多くはなかった。ところが、12月25日～31日はA型32名B型1名、1月1日～7日はA型57名B型0名となった。

インフルエンザ予防のために、まず外出後のうがいや手洗いをこまめに行い、マスク着用を心掛けるように院内放送を流して注意喚起している。さらに十分に栄養をとり、体力や抵抗力を高め、体調管理を促している。

木更津クリニック送迎バス運行開始

1月5日から、木更津クリニックの透析患者さまの送迎バスの運行が開始された。富津や久留里な

新入職員6ヶ月研修実施

12月4日、城西公民館にて新入職員6ヶ月研修が行われた。33名を対象に、「顧客のために働くこととは何か」を学び現状の振り返りをするという目的で開催された。

大神看護部長による講義の後、顧客満足のために自分達がどうあるべきかを問題解決技法を利用してグループワークを行った。活発に意見を出し合い、問題点から自分達で解決策を見出すことが出来た研修となった。



安全対策パトロール実施

安全対策委員会による医薬品の監査パトロールが11月、12月に実施された。医薬品の管理(麻薬・向精神薬・救急薬)、輸血製剤の管理、患者情報の収集・管理、注射薬の投与、化学療法剤の項目などについて

感染対策講演会開催

11月29日、城西公民館において感染対策講演会が行われた。君津中央病院の感染管理認定看護師である鶴岡里枝子先生を講師に招き、88名の参加者が講演を聴いた。

君津中央病院の感染対策の現状や院内での手洗い・手指消毒について学び、日々の感染対策を省みる良い機会となった。



第36回千葉県透析研究会に参加

11月30日、財団法人 海外職業訓練協会(OVTA)にて第36回千葉県透析研究会が行われた。当院から医師、臨床工学技士、薬剤師、管理栄養士、臨床検査技師、看護師総勢77名が参加し、各施設の透析の現状や新たな取り組みを学ぶ機会となった。当院では薬剤師、臨床工学技士、臨床検査技師

看護管理自己評価指標(MaIN)を学ぶ!

10月18日、君津勤労者総合福祉センターにおいて、看護部長・副看護部長・師長・主任を対象に看護管理研修が実施された。「看護管理とモチベーション・マネジメント」のテーマで、NKUエグゼクティブディレクター・看護コンサルタントの北浦暁子先生に講演して頂き、これからの看護現場に欠かせないものについて学びを深める機会を得た。

医療の高度化・複雑化・専門分化に応えるには、的確な状況把握と問題解決能力が看護管理者には求められる。そこで看護現場で行われている看護マネジメントの全体像を捉えることができる1つの道具として、開発された看護管理自己評価指標MaIN (Management Index for Nurses) について学習した。明確なビジョンに基づく看護管理者のぶれない気持ちは必要で、信頼と好意の中でこそ、人は仕事をしてくれると人材育成のコツを学んだ。



褥瘡対策講演会実施

11月21日、今年度2回目となる褥瘡対策委員会主催の講演会が職員を対象に行われた。内容は、栄養管理・薬剤の使用方法・コストについて幅広く、どれも現場で使える講演内容であった。

第92回糖尿病教室開催

11月29日、糖尿病療養指導士

新館建設工事着々と進む

玄々堂君津病院南館の建設工事が10月から開始され、現在1階部分の鉄筋工事が行われており、いよいよ巨大なタワーエレベーターが組み立てられた。



年頭のごあいさつ



院長 永嘉 嘉嗣

あけましておめでとうございます。念願の新棟工事も順調に進んでおり、秋頃には稼働できる予定であります。新棟が完成したらそちらに本館の機能の一部を移してその後本館

病院医療を取り巻く環境が厳しさを増す中で当院は職員一丸となつてよりよい地域医療を目指しがんばつて参りました。その結果当院で行っていた医療行為は既に既存の建物には収まりきらなくなつてしまいました。患者さま、また職員にもご迷

惑ご不自由をお掛けしております。新棟が完成し本館の改修が終われば患者さまは今より少しはゆとりと医療が受けられますし、職員のみなさまの労働環境も改善すると思えます。今しばらくのご辛抱をお願いいたします。

また今年から夜間外来がなくなり患者さま方にはご迷惑をお掛けしますが数に限りある職員で、責任ある医療を継続するためです。でなにとぞご了承下さい。夜間外来はなくなりませんが、日頃から当院を頼りにしてください。患者さまのために

予約外来を充実させ、かりつけの患者さまに良質な医療を提供します。今年には新棟が完成する記念すべき年であり、パトロールの充実のあととは何か優秀な人材を確保し、当院の目指す質の高い急性期医療に向けて邁進します。

今年も当院をご利用いただいている患者さまのために良質な医療を数多く提供すべくがんばります。本年も宜しくお願いいたします。

防災訓練実施



消火開始!

部署紹介コーナー

～ 4階病棟 内科病棟 ～

今回は、ピチピチと元気一杯の4階病棟を紹介します。



4階病棟師長 森 栄子
私共4階病棟は、スタッフ総勢23名で患者さまの看護をさせて頂いています。メンバーは写真をごらんのように、年齢は様々ではありますが、全員釣りの魚のようにピチピチと元気いっぱいです。看護師以外のスタッフの経歴は、OLを始めジュエリーデザイナー、保育師、酒屋経営、バレリーナ、動物看護師など多彩で、その時代に習得した体験も現在の業務に活かせる事が沢山あるようです。そんな4階病棟スタッフのパーソナリティーを大切にしながら日々患者さまのお世話をさせて頂いています。

病棟の特徴は、総ベッド数36床の慢性期内科病棟で、人工透析機器を完備した病室が2部屋(7ベッド)あります。その他の病室では化学療法や精密検査目的の短期入院の方も入院されますが、脳血管障害や難病、特に筋萎縮性側索硬化症などで在宅人工呼吸器を装着されている患者さまを始め、多くの患者さまは退院後も長期に在宅



療養が必要な方々です。私達はその様な患者さまを支えられているご家族と共に、他職種との連携を取り、患者さまご家族が安心して在宅療養や施設での療養が出来るようチームで取り組んでいます。そのために、当法人の訪問看護ステーションをはじめ近隣の地域医



療および介護施設との連携を密に取りながら地域ぐるみで患者さまご家族をサポートしたいと考え、日々研鑽を積んでいます。

感染対策講演会に参加して

11月29日、周西公民館にて感染対策講演会が開催されました。今回は君津中央病院の感染管理認定看護師である鶴岡里枝子先生を講師に招き、院内感染対策の一つとして大切な「手指洗浄」と「手指消毒」について学びました。



質問に答える鶴岡先生

リハビリテーション科 森 陽介

手指消毒を確実にすることで、院内のMRSA感染が激減したことや、手指洗浄と手指消毒の利点、欠点を示されました。女性の多い職場である病院において、気になる手荒れやその対策について、君津中央病院でのアンケート結果や取り組みをご紹介頂き、同じ手指消毒の薬品でもスプレータイプのものでジェル状のものを比較した結果を聞き、普段から気になっているものを、改めて手指洗浄と手指消毒が感染対策に効果的であることを学ぶ良い機会となりました。いきいきと病院の感染対策に取り組む鶴岡先生の姿に熱意と役割意識の高さを感じました。

千葉県医業健康保険組合

第3回 被保険者 祝 準優勝 バレーボール大会

薬局 池田美紀
11月30日、12月14日と2日間にわたりJFE千葉体育館にて32チーム参加のバレーボール大会が行われました。

三連覇のかかった今大会、私たちバレー部のモットーである“明るく楽しく”のバレーで初戦から順調に勝ち進みました。準決勝ではライバル浅井病院をストレートでくだし、いよいよ決勝戦。どのチームもレベルが数段にアップした今年の大会、決勝にはまた強敵九十九里ホーム病院が現れ。残念ながらセットカウント1対2で準優勝という成績に終わりました。来年はこの悔しさを胸に必ず優勝したいと思います。

バレー部は毎週水曜日19時～南



スポーツマンシップを發揮!

子安小学校体育館にて練習をしています。初心者・経験者は問いません。私たちと一緒に楽しくバレーをしたい方募集しています。

準優勝 ティームワークは玄々堂

外来診療形態の変更

外来診療時間

- 午前…………… 8:30～12:00
- 再来受付機稼働時間… 7:50～12:00
- 午後…………… 14:00～15:00
- 再来受付機稼働時間… 12:10～15:00

* 15時以降の予約の方は、直接受付へお越しください。



1. 一般夜間外来診療は、平成20年12月をもって終了となりました。
2. 外来診療は、診察内容による担当医師別の順番制になります。受付順ではございません。
3. 当日でも医師を指定することが出来ますが、各医師の診察人数に上限がありますので、希望が多い場合には、他の医師に変更になることがあります。
4. 当日の医師指定は、午前は11時・午後は15時までとなっております。
5. 次回の再診時に医師指定を希望される場合には、出来るだけ診察室でお申し出ください。
6. 専門外来は予約制になっておりますので診察を希望される方は、受付にてご相談ください。

* ご不明な点は、受付・外来中央カウンター・総合案内のスタッフにお尋ねください。

クローズアップスタッフ

Produced By S.Watanabe

今回は4階病棟新人ホープの**布良紫穂**さんにクローズアップしたいと思います。



ありがとうございます。

Q:土曜日の夜の過ごし方は?
布良: 仕事が終わったら、ホッとして夕食も食べずに、ソファでポットと過ごし、入浴後寝ることが多いです。

Q:心掛けたいこととは?
布良: 性格が男っぽいので、見た目だけでも女の子らしくしようと思っ

Q:仕事はどんなですか?
布良: 一人で出来ることも少しずつ増えて自信も付いてきたけど、まだまだ不安な事がいっぱいあります。

Q:プライベートより?
布良: 食生活がとて心配です。体調の自己管理も大切ですよ!

糖尿病外来

今回は荻野副院長に
糖尿病外来について
紹介していただきました。



副院長
荻野 良郎

「糖尿病および 予備軍増加」

糖尿病外来を紹介いたします。

近々の厚生労働省の発表によりますと糖尿病とその予備軍、境界型糖尿病は221万人に増加しています。高血圧が約400万人、脂質異常症（高コレステロール血症、高中性脂肪血症、低HDL血症）が300万人と推定される中、数では劣るものの際立つてその重要性が強調されています。これは国内のみならず、国際的に「世界糖尿病の日」が設定されたことでも、この疾患の重みが理解されると思います。世界的にも東アジア人は、2型糖尿病（日本では成人発症糖尿病の95%



を占めます）の増加は著明です。その理由は、欧米人が必要な時に狩猟でエネルギーを得たのに対し、日本人を含む東アジア人では、長い間の農耕民族としての生活で、脂肪にエネルギーを蓄積し飢餓に耐える遺伝子（節約遺伝子）が選択され、それに昨今の飽食過食（特に高脂肪食）や車社会などによる運動不足が加わり、糖尿病の爆発的な増加につながったと考えられます。このため日本人の2〜3人に1人が糖尿病あるいはその予備軍になり易いといわれています。

当院外来では血糖値をコントロールし糖尿病合併症の予防とその改善をはかると同時に、生命をも脅かす病気の早期診断に留意して診察をしています。糖尿病治療の3本柱は、食事療法、運動療法、薬物療法です。しかし糖尿病という病気は一生の病気です。一病息災と考えて体を守っていきましょう。さらにこれまでの詳細



な学術的検討から、発症数年あるいは数十年後に、どんなことが起こりやすいのかも予測可能になってきました。このため安易な治療で目先の数字を求めず、基本をしつかり身に付けていただくと同時に医療側も体によさしい治療戦略を提案しています。

「糖尿病の合併症」

さて糖尿病の合併症は①細小血管障害、②大血管障害とに分けられます。細小血管障害とはその発症順から神経症（むら返り、両足の先端からはじまるしびれ、痛み）、網膜症（眼底出血）、腎症（微量のアルブミン、蛋白尿、浮腫）で、発病後期間と血糖値に依存し徐々に進行します。しかしこのような合併症早期では自覚症状も乏しく、忍び寄るその危険に気づかれないことがままあります。大血管障害は動脈硬化による心血管障害で、いわゆる狭心症、心筋梗塞、脳梗塞、閉塞性動脈硬化症（足の動脈が

狭くなり歩行時の疼痛、足の冷感色の悪化）です。細小血管障害の早期発見は神経症状、眼底、尿を定期的に検査することによって可能です。もし合併症が出現した場合でも血糖さらには血圧、コレステロールを厳格にコントロールすることによって、進行阻止あるいは改善も望めます。コントロール不良な糖尿病は動脈硬化の重要な危険因子です。高血圧、高コレステロールが動脈硬化を2倍起こしやすくとすると、喫煙が3倍、糖尿病が4倍ともいわれ、欧米では糖尿病が確認されるやいなや血栓予防薬の投与が行なわれる国もあります。昨年より特定健診が開始されましたが、その狙いは、内臓脂肪（腹囲で推測）に血糖、血圧、脂質の異常が重複して存在したときに、動脈硬化発症の危険が急激に増加するためです。これも早期には症状がないため、頸動脈のエコー検査や脈波伝播速度が診断に利用されています。糖尿病大血管障害の心疾患は症状、定期的心電図でその疑いがある場合、心エコー検査や最新型CTでの心冠動脈検査にて、重症化前の治療が可能となっ

てきています。脳血管障害はMRIでの脳梗塞や脳血管の狭窄の発見、さらにはCT検査による脳動脈の詳細な検討を行い治療に結び付けています。閉塞性動脈硬化症は最近増加している疾患です。この合併症の危険は、進行すると下肢の切断が必要なる場合も生じ、日常生活が著しく障害されます。症状や動脈硬化検査で強く疑われる場合は、CTによる血管造影、MRIによる血管の検査で診断します。これらの大血管障害の原因である動脈硬化はいわゆる予備軍（境界型糖尿病）でも進行しはじめると安心できません。食後血糖の改善、高血圧、高コレステロール、高中性脂肪の改善と禁煙が必要になります。

「生命を脅かす病気」

最後に、「生命をも脅かす病気」にふれさせていただきます。欧米特にはアメリカでは元々日本に比べ狭心症や心筋梗塞が3〜4倍多いとされていますので、糖尿病の方の7割近くが心血管障害を合併する



とされています。これに対し日本では心血管疾患が3割で、他の3割は悪性腫瘍で危険に脅かされると報告されています。一般に日本人男性では肺、胃、大腸、肝臓、膵臓が多いとされています。特に糖尿病では大腸癌、膵臓癌の頻度が上昇するとされています。このため外来では糖尿病の治療は勿論、悪性腫瘍の早期発見も大変重要な課題と考えています。外来では定期的に肺、胃、大腸、腹部、さらには男性では前立腺、女性では乳房（と婦人科での子宮、卵巣）の癌検診の状況をお聞きし、不十分な場合検査をお勧めしています。可能な限り早期発見に尽力し、最近進歩した治療に結び付けていただきたいと考えています。以上当院糖尿病外来の概要を述べましたが、上述の総論に個人のさまざまな特徴を考慮し医師、看護師、薬剤師、栄養士、検査技師、クラークがチームとなって診察しております。

ボランティア活動ニュース 病院クリスマス会開催



リコーダーを演奏した放射線科職員



「雪の華」を演奏する鈴木先生と詩苗先生

12月24日、毎年恒例となった病院クリスマス会が開催されました。「君津童謡唱歌を楽しむ会」の皆さまの歌声とアコーディオンの音色を楽しみ、放射線科職員は時間を見つけて練習したりコー

ダー演奏を披露しました。また、鈴木医師がキーボード、詩苗医師がフルートにて「雪の華」を演奏すると、見慣れた先生の姿に患者さまたちも笑顔が広がりました。最後は、病院保育所の子どもたちが3曲を熱唱、今年話題の映画主題歌「崖の上のポニョ」は振り付きで、会場に元氣いっぱい、の歌声が響き渡りました。たくさんのお患者さまが参加してくださり、準備や進行に奮闘してくださったボランティアの皆さまと楽しい時間を過ごしました。



「崖の上のポニョ」をおどる保育所の子供たち

入院患者さまには、夕食時サンタクロースが病床を訪れ、ボランティアさん手作りのあづま袋がプレゼントされました。

コーヒータウン

総務課 小倉 佳代子

ラクロスというスポーツに皆さまはどのようなイメージをお持ちでしょうか。ラクロス人口が増えていると言っても、まだ日本での歴史は浅く、「網を持って走るスポーツ」くらいの印象かと思えます。ラクロスは12対12、25分ハーフでゲームが行われます。クロスと呼ばれるスティックを使いテニスボール程の大きさのボールをサッカーのような形式で奪い合い、シュートを決めて得点を競います。私がラクロスを始めたのは学生の時で、それから大きな怪我も

なく仲間にも恵まれ、ラクロスとの付き合いは7年になります。今は社会人のクラブチームに所属し、試合に向けて毎週練習しています。日曜の朝はゆっくりしたいと思いつつも、気が付くとグラウンドへ向かっています。屋外でのみ行なうスポーツで、日に黒くなつていくことに抵抗を感じながらも、体を動かすことの楽しさ、チームプレーのコミュニケーションの楽しさを味わえるのは、ラクロスをやっているからこそだと感じています。チームのメンバーは年齢層も職種も幅広く、共通しているのはラクロスが好きだということです。その中で個々の技術



ラクロスのユニホーム

や意見を1点を取るためにまとめ、練習していくことがクラブチームの魅力でもあります。これからも週末ラクロスの時間を大切にしながら、毎日より充実させていきたいと思っています。

透析研究会に参加して

臨床検査科 山田奈美恵
去る、平成20年11月30日に千葉市幕張にあるO.V.T.A（海外職業訓練協会）にて開催された第36回千葉県透析研究会に参加させていただきました。千葉県内から約1100名以上の透析関係者が参加し、会場は朝早くから人であふれていました。当院からも薬剤師、臨床工学技士、臨床検査技師から各研究内容の発表が行われました。今回、初めて臨床検査科から透析研究会に参加させていただきました。ただこのこととなり、私は「慢性血液透析患者における 血中R L P-Cロ レステロール（超悪玉コレステロール）直接測定法の臨床的有用性について」という演

題を発表させていただきます。内容は主に透析患者さまと非透析患者さまとの脂質系の血液検査データを比較検討したものです。透析患者さまの血清脂質が高値傾向を示し動脈硬化性病変との密接な関係があることを報告いたしました。他の医療施設の臨床検査技師からの研究発表がなかったのはとても残念に思いましたが、透析について多岐の分野から様々な取り組みや、研究発表を聞く事ができ、とても良い刺激を受けました。この貴重な経験を大切に今後も透析医療について理解を深め、勉強して行きたいと思っています。



人事往来

【役職変更】

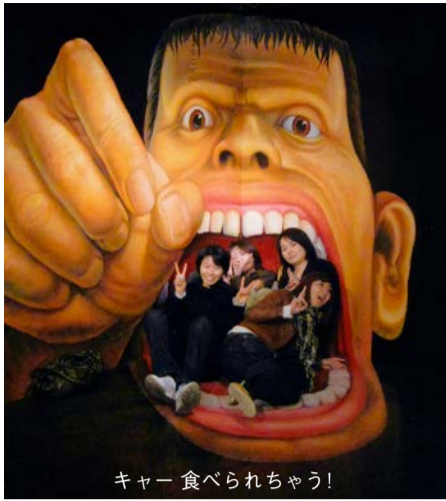
- 診療技術部副部長(薬局長兼務) 杉村 昭文(1/1付)
木更津クリニック事務課課長 齊藤 千恵(1/1付)
木更津クリニック事務課主任 山口 伸行(1/1付)
保育所主任 齋藤 恵(11/1付)

【異動】(10月2日~1月1日まで)()内は旧所属部署

- 4階病棟 三原 瞳 (2階病棟)
ICU病棟 正木 知佳 (3B病棟)
2階病棟 村田 美紀 (看護部長室)
2階病棟 近藤 玲佳 (ICU病棟)
木更津クリニック 長尾 真由美 (看護部長室)

【新入職員】(10月2日~1月1日まで)

- 看護師 松井 恵美 (11/4~)
看護師 北山 留美子 (12/1~)
クラーク 市川 優子 (12/1~)
クラーク 小野 陽生 (1/1~)
ナースエイド 佐藤 美奈子 (12/1~)
調理員 川名 美智恵 (11/25~)
運転手 手手 敏行 (12/15~)
運転手 手手 弘 敬吾 (12/18~)
運転手 手手 小泉 純二 (12/18~)
運転手 西山 有 三 (12/18~)



キャー 食べられちゃう!

毎回楽しみにしている小旅行、私は先輩3人と一緒に第2班として参加しました。全体集合は夕方からでしたが、私達は朝から横浜へ。まる一日たっぷり観光しました。横浜の中華街には何度も行ったことはいりましたが、その他の場所にはあまり行ったことがなかったので、シーバスに乗り、赤レンガ倉庫、コスモワールドなど初めての場所

を、少しずつ色々まわりました。一番印象的だったのは、中華街内にある大世界という所のトリックアートの館です。絵が一枚一枚立体的に見えたり、よく見ると動いているように見えたり...どうしてそんな風に見えるのか不思議でもおもしろかったです。横浜以外にもいろいろな所にトリックアートはある様なので、機会があったら他の場所にも行ってみたいと思いました。そして人生初の手相占いにも挑戦しました。まる一日楽しんだ後、最後に全体の食事会場の招福門へ行き、おいしい中華料理をいただきました。仕事はなかなか話す機会のない他部署の方との交流もできよかったです。気の合う仲間との一日、とても楽しく過ごしました。

トリックアートの館を訪ねて 木村 郁恵

職員小旅行

横浜中華街 招福門に行ってきました。



美味しい中華を堪能して 湘田 芳毅

旅行だったのですが、美味しい中華を堪能し、職場の仲間達とも楽しい時間を過ごすことが出来ました。またこれを糧に日々仕事に精進していきたいと思えます。

「ツール・ド・ちば」に参加して

薬局 金城春樹



10月12日に「ツール・ド・ちば」に参加してきました。この大会は自転車、389kmのコースを3日間にわたり走る、本州最大のロングライドイベントです。当院からは、大崎副院長をはじめ、総勢10名が、大会2日目、館山から白子の山岳コースにチャレンジしてきました。レースビギナーばかりでしたので、134kmの距離と高低差の激しいコースに苦しんだようですが、無事に全員が完走できました。私は大会に出場するからには、優勝を目標に特訓してきました。大会当日、僕のトレック号(税込10万円)は、唸りをあげてスタートを切りました。しかし、30km過ぎた頃でしょうか、小学生や中学生が次々と僕を抜き去って行く姿を見て、「おれが優勝を目指して本気を出せば出すほど、CO2を多量に排出してしまう! No.1にならなくて



全員完走

もいい、地球温暖化防止の方が大事だ」と。そこで目標を「CO2排出削減」に変更しました。この青い地球を守るために、本大会を制覇する夢は諦めざるを得ませんでした。環境にやさしい走りができることに、この上ない喜びを感じております。最後に、大会中に我々10名をサポートしてくれた、須永さん、森さん、高橋さんの3名に感謝します。

私のおすすめ図書

このコーナーは職員によるバトンリレー方式で本を紹介しています。今回は、「激しく家庭的なフランス人、愛し足りない日本人」を紹介します。

「激しく家庭的なフランス人 愛し足りない日本人」 著者 吉村 葉子
書店で何か面白そうな本はないかと探していたとき、ふと目をひいたのがこのタイトルでした。それまで特に フランス に興味があったわけでもないのに何故か気になり早速購入してしまいました。日本人の私から見たパリの生活スタイルのイメージは、とにかくお酒落度広いアパルトマン、ペランダにはお花がきれいに飾ってあって、食卓を囲む家族は会話がたくさんあり、週末にはオープンカフェでブランチャをとって...という優雅な光景ばかりを思い浮かべますが、実際は日本とそう変わらぬ住宅事情があり、教育も男の子は男の子らしく、女の子は女の子らしくという考え方が強いというではありませんか。しかし狭いアパルトマンに住んでいても、家族で食卓を囲める居間という空間をなんとか造りだし快適に過ごすための惜しめぬ努力、何をしてもパートナーと一緒にという信頼関係、フランス式の日々の心がけで夫婦、家族のよりよい関係が築いていけるということをこの本から学びました。(M・Y)



サブタイトルは「立山」



立山は富山県・飛騨山脈(北アルプス)にある山地で複数の山の総称であるため「立山連峰」とも言われています。古くは「たちやま」と呼ばれ日本を創り終えた神が天界に戻る際に踏み台代わりに足をかけて立った山だから「たちやま」という説があるそうです。黒部ダム建設後、立山黒部アルペンルートが開通したため立山登山も手軽に行えるようになりました。立山黒部アルペンルート沿いでは最も積雪の多いところで、雪の廊下の壁の高さは10メートル以上もあり、そこを通過する環境に配慮したハイブリットバスの車内は驚きと歓声でいっぱいだそうです。

雪の壁は4月の全線開通から6月まで。白銀の幻想的な世界を体験してみたいか?
雪の壁は4月の全線開通から6月まで。白銀の幻想的な世界を体験してみたいか?
雪の壁は4月の全線開通から6月まで。白銀の幻想的な世界を体験してみたいか?



編集後記

冬はやっぱり苦手です。(325)
大事なものはいつだって、目に見えないものだって。(スイバケ)
チップインポギー。(PT)
昨年の自分はどうだった?今年は何と成長するよ!
(L・O・V・E 東方神起)
またもバタバタと時間に追われてしまった。今年こそは時間管理に挑戦!
(J・J)
今年の冬も元気に乗り切りたいです。(でいれつあ)
3年間お世話になりました。会議に

出られないことが多く迷惑をおかけしました。(k太)
寒いのは苦手だけど雪遊びは大好きです。(もも)
今年は何と成長するよ!
(タケル)
年男の私です。牛のように、のんびりと成長したいと思っています。(shin)
今年は何と成長するよ!
(MOSU)
夜明け前、なにかを求めてウォーキングかな。(山口稔)

1月 外来担当医師診療予定 ◆本年より外来の診療形態が変更になりました。★印は当日の医師指定は出来ません。●印は女性医師です。

Table with columns for days of the week (月, 火, 水, 木, 金, 土) and medical departments (内科, 内分沁糖尿病, 泌尿器科, etc.).

外来診療時間 / ●午前 8:30~ 午後 14:00~
再来受付機稼働時間 / ●午前 7:50~12:00 (医師指定~11:00) 午後 12:10~15:00
★治療内科: 診療医師予定
高橋医師(17・31日午前・午後)
松井医師(10・24日午前・午後)