

外来診療予定表(3月)

★: 女性の医師 赤字: 変更となった診療

診療科	月	火	水	木	金	土	
総合診療部 (外科・内科)	午前	★塩田美桜(外科) 第1.4.5 塩田総院長(外科) 第2	大野	大野	鈴木副院長(外科) 第1.2.4	鈴木副院長 (炎症性腸疾患専門外来)	—
	午後	小坂(下肢静脈瘤専門外来) 第2.4	—	—	—	—	—
	午前	武田(内科)	—	★渡部(内科) 受付15:30まで	鶴岡(内科)	★大友(内科)	木下(内科) 第1 金谷(内科) 第3
	午後		★渡部(内科) 受付15:00まで	—	—	—	—
	午前	大木(内科)	—	—	岸本(糖尿病外来)	—	大木(内科) 第2.4
	午後		千葉大(内科)	—		大木(内科)	—
内視鏡 (胃・大腸)	午前	★塩田美桜(胃) 第1.4.5 塩田総院長(胃) 第2	—	鈴木副院長(胃) 第1.2.4	大野(胃)	大木(胃)	—
	午後	★塩田美桜(大腸) 第1.4.5 塩田総院長(大腸) 第2	千葉大(大腸)	鈴木副院長(大腸) 第1.2.4	大野(大腸)	—	—
◎内視鏡検査は事前に診察が必要となります。検査の予約のみをお取りすることはできませんので、予めご了承ください。							
脳神経外科	午前	西澤	—	山岡	山岡 第1.3 青柳 第2.4	青柳	團
整形外科	午前	塩田院長	八木(脊椎・脊髄専門外来)	塩田院長	塩田院長	—	塩田院長 第2.3
	午後	—	八木(脊椎・脊髄専門外来) 第3	—		—	—
	午前	—	石井(予約制)	—	—	伊藤 第1.4	石井(予約制) 第1.4
	午後	—		石井(予約制)	石井(予約制)		—
	午前	—	★増淵	—	—	金城	金子 第2 山田 第3 ★和才(肩外来) 第4 ※午後休診※
	午後	—		—	—	金城 第4	—
肝臓内科	午前	大木	—	椎名(予約制)	—	—	大木 第2.4
午後	—		—	—	大木	—	—
循環器内科	午前	亀田総合病院 (交代制)	—	中津	亀田総合病院 (交代制)	大橋	—
午後	—		—	—		—	—
婦人科	午前	—	遠藤	—	—	★山中	遠藤
午後	—	—		—	—	—	—
サイバーナイフ 外来	午前	大木	—	—	宇野 第1.3	—	大木 第2.4
午後	—		—	—	—	大木	—
脳神経内科	午前	—	片多(予約制)	平田	—	—	—
耳鼻咽喉科	午前	小谷 初診受付16:00まで	—	—	★スミス 第1.3	河合 初診受付11:00まで	—
	午後		鈴木	—		—	—
泌尿器科	午前	—	—	—	★谷内	—	金子 第2 勝 第3
	午後	—	—	—		—	—

◎診療予定は変更となる場合があります。院内『お知らせコーナー』や『ホームページ』または、電話にてご確認ください。
 ◎当日のご予約はお取りすることができません。必ず前日までにお取りください。◎当日、急遽休診になる場合がありますので、ご了承ください。
 ◎マイナ保険証または資格確認書は毎月確認させていただきますのでお持ちください。また、お薬手帳もございましたら必ずお持ちください。
 ◎外来受診に関する詳しい案内は『ホームページ』よりご確認ください。

受付時間:(月~金)8:30~11:30/13:30~16:30 (土)8:30~11:30

予約専用ダイヤル:0475-35-0002 (月~金)8:30~17:00

※お電話をおかけの際、診察券をお持ちの方はお手元にご用意ください。 ※当日予約なしで受診希望の際はお電話にてご確認ください。

塩田記念病院だより

Vol.152 2026年3月号

病気の豆知識 ~内頸動脈狭窄症とは~

内頸動脈狭窄症とは、首の血管(内頸動脈)が動脈硬化によって細くなり、脳へ流れる血液が減ってしまう病気です。高血圧、糖尿病、脂質異常症、喫煙などが原因となり、高齢の方に多くみられます。

主な症状は、片側の手足が急に動きにくくなる、しびれる、言葉が出にくい、片目が一時的に見えなくなるなどで、これらは脳梗塞の前ぶれである場合があります。

診断には首のエコー検査がよく用いられ、痛みもなく短時間で調べることができます。必要に応じて、CTやMRIで血管の詳しい状態を確認します。以前に「首の血管が細いと言われたきりで通院していない方」や、「脳梗塞を起こしたことはあるものの、首の血管は調べられていない方」は、特に一度検査を受けてみることをおすすめします。

治療は、軽症の場合は薬で血液をさらさらにし、生活習慣を整えることが基本です。狭窄が強い場合には、手術によって血管を広げる方法や、カテーテル治療を行うことがあります。早めの検査と治療によって、脳梗塞は防ぐことができます。

お気軽にご相談ください。



脳神経外科 医師
山岡 寛人

INFORMATION

お知らせ

■動画配信のお知らせ

先月行われた医療公開講座の椎名 秀一朗医師・大木 隆正医師の講演をYoutubeにアップしました。下記QRコードより動画を閲覧することが出来ますので是非ご覧ください。

「肝がんを切らずに治すラジオ波治療・マイクロ波治療」



(講師:肝臓内科 椎名 秀一朗)



前編



中編



後編

「様々ながんを切らずに治すサイバーナイフ治療」



(講師:サイバーナイフセンター長
肝臓内科部長 大木 隆正)



前編



後編



TOPIC ~「第62回長柄町一周駅伝大会」に救護班として~

令和7年12月21日(日)、看護師2名で初めて協力に行ってきました。こちらは歴史のある大会で、長生郡市のみならず県内から中学・高校生や趣味の市民ランナーチームなど、700人を超える方々が走る、予想以上に規模の大きな大会でした。また、千葉県出身の猫ひろしさんも走者として参加しており、にぎやかな声も飛び交い、大変盛り上がっていました。

一方、天候はというと、前日は雨で、当日も雲が多く、朝のうちはにわか雨が降ることもありました。健脚の方々が参加する大会ですから、救護班の活動場面は少ないものと思っていましたが、雨上がりで濡れた地面による転倒や、走りを待つ間の寒さによる体調不良などが懸念される状況でした。

午前10時にスタートした走者を見送った後は、長柄町を一周するコースのため、昼頃まで大会が続きました。私たちは会場の様子を見学しながらスタンバイしていました。その後、大会本部から「けが人発生！」との連絡が入った際には、周囲に緊張感が走りました。しかし、結果的には膝のけがや足の痛みに対する応急処置のみで、大きな事象は発生せず、無事に大会は終了しました。

これからも患者さんに信頼され、地域にとってかけがえのない病院であり続けるために、地域活動にも積極的に協力し、今回の学びを生かして地元貢献していきたいと思ひます。

看護部 副部長 竹中 敦子

「スタート合図を待つ参加者」



■無料送迎車のお知らせ

当院では下記時間にて茂原駅南口～病院間を無料送迎車で運行しています。来院の皆さんの通院の負担軽減にお役立てください。

茂原駅発 ⇒ 病院着	病院発 ⇒ 茂原駅着
9:05 ⇒ 9:25	9:30 ⇒ 9:50
10:00 ⇒ 10:20	11:00 ⇒ 11:20
11:30 ⇒ 11:50	12:40 ⇒ 13:00
13:10 ⇒ 13:30	15:00 ⇒ 15:20
15:20 ⇒ 15:40	16:00 ⇒ 16:20



※イラストのようなワゴン車(ハイエース)で運行しております。

※途中下車はできません。

土・日・祝日・年末年始(12/30~1/3)は運休とさせていただきます。



栄養士の独り言 「旬を楽しむ春の あたたか献立」

朝晩の冷え込みはまだありますが、風は桃の花の香りを運び、日差しの温もりを感じられる季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか。

桃の節句を過ぎ、春分の日も近づき、春を迎えると思うと軽やかな気分になりますね。

今月は、春を迎える旬の食材を使ったお料理のヒントをいくつかご紹介したいと思います。春の旬の食材と言えば、海の幸では鯛やハマグリ、わかめなど。野菜では春キャベツやさやえんどう、三つ葉やウド、ふき、筍などが思い浮かびます。うどやふきは葉もおひたしや天ぷらにしても美味しく、菜の花やクレソンなども春の香りを届けてくれる野菜です。新玉ねぎや新ごぼうなども出始め、

かぶは甘みを増してまだまだ楽しめます。春の旬の食材は、香りを楽しめるのも特徴かもしれませんね。

料理方法としては、この「香り」と「風味」を活かしたいところ。そこでおすすめしたいのは、さっぱりとした風味だしやスープ仕立てのしゃぶしゃぶやお鍋です。まだ冷える日もあるため、身体を温めておきたいところですね。かぶなどはスライスして薄めにし、はまぐりのだしを効かせたり、鯛しゃぶも楽しめます。洋風ではクレソンや春キャベツ、水菜なども合います。油揚げや薄切りの豚肉などと一緒に、さっぱりといただきます。香味野菜やレモン風味を活かすのもおすすめです。さっぱりし過ぎると感じたら、新玉ねぎやじゃが芋のお鍋もおすすめです。冬のシチューをアレンジし、ミルク風や豆乳を加えたスープに黒こしょうを効かせるなど、変化をつけても楽しめます。ささがきにした新ごぼうとセリで水炊きにすると、春を満喫できますね。春菊の代わりに菜の花を青みにするのもおすすめです。

冬に好まれる料理も、旬を迎える春の食材に変えてみるだけで、食卓に春を演出できます。今年は春を先取りする旬の食材で「春の鍋」を楽しんでみてはいかがでしょうか。まだ冷える日もあります。皆様どうぞお元気にお過ごしくださいませ。次回もお楽しみに。



栄養科 管理栄養士 戸矢 静華

編集後記 ~ 「はしか」を遠い病気にしないために~

最近ニュースで耳にすることが増えた「麻疹(はしか)」。どこか子どもの病気という印象があるかもしれませんが、実は大人がかかると高熱が長引き、肺炎などを併発することもある感染症です。

麻疹のいちばんの特徴は、その非常に強い感染力です。同じ空間にいただけでも感染する可能性があると言われており、医療現場でも注意が必要な病気のひとつです。もし「発熱」と「発疹」が同時に見られた場合には、医療機関に事前に連絡しご受診ください。

そして忘れてはならないのがワクチン接種です。母子手帳を開く機会はなかなかありませんが、接種歴が分からない方や、1回接種のみで終わっている世代の方もいらっしゃると思います。この機会に一度確認してみることは、ご自身のためだけでなく、大切なご家族や周囲の方を守ることに繋がります。

季節の変わり目、体調管理とともに、感染症への小さな意識も忘れずにお過ごしください。

