

## ●日本国憲法より●

第13条 すべて国民は、個人として尊重される。生命、自由及び幸福追求に対する国民の権利については、公共の福祉に反しない限り、立法その他の国政の上で、最大の尊重を必要とする。第25条 すべて国民は、健康で文化的な最低限度の生活を営む権利を有する。国は、すべての生活面について、社会福祉、社会保障及び公衆衛生の向上及び増進に努めなければならない。



## 第753号

発行所

〒036-8045  
弘前市大字野田2丁目2の1  
津軽保健生活協同組合  
発行責任者 泉谷雅人  
電話 0172-33-7515  
ホームページ <http://www.tsugaru-health.coop>  
Eメール [kenkou@tsugaru-health.coop](mailto:kenkou@tsugaru-health.coop)  
印刷所 有限会社新和印刷  
◎組合員の購読料は出資金に含まれます

健  
康  
第753号  
2026.1



未来へ 油彩 F6号 ©一戸 義規 (馬常)

2026年  
健  
賀  
新  
年



## 新しい年を迎えて



伊藤  
真弘  
理事長

生協組合員、職員、地域にお住まいの皆さん、あけましておめでとうございます。

日本被団協がノーベル平和賞を受賞したことは大きな話題になりましたが、戦後80年、被曝80年の節目となつた昨年にノーベル平和賞を受賞した人を皆さんご存知でしょうか。

ベネズエラの反体制派指導者マリア・コリナ・マチャド氏という人です。残念ながら日本のメディアは、日本人以外のノーベル賞受賞者にはあまり興味がないのか、大きく報道されることはありませんでした。ノルウェー・ノーベル委員会は、「広がる闇の中、民主主義の炎を絶やさず」ともし続ける女性に平和賞を授けると発表し、そのうえで「民主主義は持続的な平和の前提条件です。しかし、私たちは今、民主主義が後退している世界に生きています」と主張、「ますます多くの権威主義体制が規範に挑戦」し、暴力に訴えていると述べています。

私たちにとっての「規範」の代表的なものといえば日本国憲法ではないでしょうか。日本国憲法は1946年11月3日に公布されました。2026年は憲法公布から80年の節目の年となります。日本国憲法の3大原理は「基本的人権の尊重・国民主権（民主主義）・平和主義」の3つ

といわれています。1946年の公布に際し法制局閣・内閣発行「新憲法の解説」では、日本国憲法の基調とするところは「民主主義」、「基本的人権擁護」、「戦争放棄」の三

点であると明記しており、憲法制定当初から内閣はこれら三点を憲法の基本原理として捉えていました。さて、昨今の政府の姿勢は私たち日本人の規範である憲法の原則を遵守しようとしているのか、甚だ疑問を抱かざるを得ない状況です。国家の役割とは何か、これも諸説ありますが多くは「国民の生命と財産と安全」を守ることとされています。現在の高

市政権は、国民の健康と生命を守る基本となる社会保障を後退させ、国民皆保険をなし崩し的に空洞化する政策を打ち出し、また安保三文書の改定に続き非核三原則の変更に着手しようとしています。さらに国政に民意を反映させる基本である衆議院の定数削減を、「そんなことよりも」と政治と金の課題「なんかよりも優先して」実現しようとしています。

日本国憲法に示されている理念は、大きな犠牲を払つた二つの世界大戦への深い反省に基づき、人びとが大切にされ健康で豊かな生活が送れる平和な社会を実現することを目指しています。私たちが加盟する全日本医連では、「いのち・憲法・綱領」を大切にして様々な課題を取り組んでいます。

憲法公布80年の今年、あらためて日本国憲法について学び、「非戦・人権・ケアが大切にされる」社会の実現に向けて、皆さんと力を合わせて運動を進めて行きたいと思います。





# からの一キ 通信



## さらなる精進を目指して

健生クリニック 所長 宇藤 直人

明けまして、おめでとうございます。旧年は新所長に就任しまして、皆さまの多大なるご理解とご協力を賜り、地域医療の中核として皆さまの健康を守るという使命のもと、スタッフとともに邁進してまいりました。

就任時にも挙げました3つの柱につき、今年もさらなる精進を目指します。

**健生クリニックが目指す3つの柱** ー旧年の取り組みと今年の目標ー

### 1. 幅広さと専門性を兼ね備えた質の高い外来診療

弘前大学医学部附属病院のご協力のもと、専門外来の充実を果たしました。幅広さに厚みも加わり、一定の成果をあげることができたと自負しております。

一方で、一般外来においては、地域の皆さまからの需要に応えるだけの人員確保が難しく、待ち時間が大変長くなってしまったことが課題となりました。

業務の効率化や予約システムの改善などを通じ、円滑な診療を心掛けて参ります。

### 2. 在宅医療の拡大

在宅医療を拡大する方針を進めてきました。介護度が高い方の在宅移行、老衰や癌など終末期への対応といった従来の診療の充実に加え、比較的介護度が低い方へも適応範囲を広げ、対応可能な地域の拡大もしてきました。健生病院を後方支援病院として緊急受診・入院加療を円滑にし、夜間や休日の体制も整備してきました。

「通院が大変になってきた」「退院はできたが体力がおちた」「今後の療養生活が心配」などありましたら、是非スタッフまでお気軽に声をかけていただきたいです。

### 3. リハビリテーションの推進

通所リハビリテーションと訪問リハビリテーションの両輪で、地域の皆さまがより自立した生活を送れるよう支援できる体制を作ってきました。

地域の医療施設や介護事業とも連携し、より充実したサービスの提供を行っていきます。

今年も旧年に引き続き、ご支援の程、宜しくお願ひ申し上げます。



## 登山ガイドであり、伴走者

津軽医院 所長 石森 伸二

新年あけましておめでとうございます。

糖尿病の治療に携わり46年ほどになります。この間、糖尿病の新しい知見が毎年発表され、有効な糖尿病治療薬や、新しいインスリン製剤が次々に開発されて治療に使われてきました。特に最近の治療の進歩は目を見張るものがあります。食事療法の考え方も大きく変化しました。以前は、理想的な糖尿病食があり、それを患者さんに示し実行してもらうという考え方でした。しかし今は違います。今は医師と管理栄養士が患者さんの日常、普段の食事内容を聞き取り、患者さんにアドバイ

スをする。その上で患者さんが総力ロリー、栄養素の配分を自分で決め実行するというものです。患者さんのQOL (Quality of Life: 生活の質、人生の質) を大切にする食事療法になっています。

しかし、治療は進歩しても患者さんの糖尿病に対する気持ちには大きな変化はないように思います。はじめて糖尿病と診断されたとき、患者さんは何を考えるでしょうか。どんな病気だろうか、治るだろうか、どう治療をしていったらいいだろうか。不安や心配だと思います。その点で患者さんが初めて糖尿病と診断されたときに糖尿病にど

きかけが、成果につながったと感じています。

昨年11月には、伊藤理事長、兵藤事務局長とともに国会を訪れ、立憲民主党の岡田はなこ議員へ同様の要請を行いました。署名活動など、日頃の取り組みの積み重ねによって、補正予算で医療・介護分野への補助金が決定されたことは大きな前進ですが、一方でOTC類似薬の保険外しなどの改悪が検討されています。今年度の診療報酬改定の内容も、今後の病院経営にとって極めて重要です。

昨年の経験から、政治への働きかけが医療機関を守るうえで欠かせないことを強く実感しました。署名という形で多くの声を集めること、そして議員に直接訴えることが大きな力になると改めて感じています。

今後も組合員・地域のみなさま、そして職員が力を合わせて、より良い社会づくりに向けた取り組みを進めていきたいと思います。

## 大きな暴力、小さな暴力、 破顔一笑

藤代健生病院 病院長 関谷 修



日本国内では80年間戦争が行われていない。素晴らしいことです。憲法9条の力、我々からは窺い知れない緻密な外交戦略、国際情勢の劇的変化など、そこにはいろいろな理由があるでしょう。

しかし、どうでしょう。戦争という大きな暴力はないものの、学校ではいじめが、職場ではパワハラが、施設・病院でも障害者・病者への虐待が、時には家庭でさえも似たような問題が、と国内の随所で小さな暴力が生まれているようにも感じます。制度的には、いろいろな予防策、救済策が取られてはきているのにも関わらず。大雑把に言えば、日本の現状は大きな暴力が起きないから、その分、小さな暴力がはびこるのでしょうか。あるいは、その逆であるとも言えるのでしょうか。

そもそも、人々が殺し合う戦争と、職場内での人間関係の葛藤を一緒にするのは無謀だという意見もあるでしょう。ただ、デュルケムという社会学者は戦争が始まると自殺が減るという現象を取り上げ、個人の行動と社会の動向との深い関係を示唆しました。暴力も同様だと私は感じています。となると、人間集団は、結局、暴力的なものから逃げられないのでしょうか。

もし救いの道があるとすれば、その一つは、笑いだと思います。笑いの緊張を和らげる作用が機能することで、暴力の温床となる緊張が昇華されます。ただ、現代社会の若者にとっては、笑いとは「お笑い芸人」のマネをすることになっていないでしょうか。また、中年男性にとっては、笑いという形の奥にマウントを取りたいという強い欲望を忍び込ませていないでしょうか。プロの研究が澄まされたスキルでもなく、相手を軽侮する表現でもなく、日頃の世間話の中で生まれるアマチュアの、素朴な「笑い」こそが、暴力に対抗できると信じたいです。

本来、「笑い」は無害なもの、赤ちゃんの笑顔のなんと無邪気なことでしょう。今年は、「子どものように笑う」、これ目標にしていきたいと思います。

う向き合うかが極めて大切です。

糖尿病の治療を続けることは登山に似ています。ときどき休むことはあったとしても、頂上に向かってたゆまずに一歩一歩、歩いていかなくてはなりません。道に迷わないように、危険な場所に近づかないように道案内をする。励まし、もし崖から落ちたら助け上げる。登山ガイドであり、伴走者が医師であり、医療チームの役割です。この先もう少し、登山ガイドや伴走者の役割を果たしていきたいと思っております。

今年もよろしくお願ひいたします。



## 健やか力 推進クリニック

健生五所川原診療所 所長 津川 信彦

開設以来当診療所は「誰もが健康で安心して暮らせるまちづくりをする診療所でありたい」をかかげ、地域医療をすすめてまいりました。昨年4月には「五所川原市認知症の人とともに生きるまちづくり条例」を施行されたことはとても嬉しいかぎりでした。

しかし全国の医療機関の病院で7割、診療所でも4割が経営危機に瀕している中で、政府は経済再生と財政健全化の両立を目指し、OTC類似薬の保険外しや高額療養費制度の見直し、診療報酬の抑制などに社会保障予算の抑制を継続する方針です。このままでは多くの病院や診療所は経営が立ち行かなくなり、患者を守る地域医療の崩壊につながり今後持続可能な医療が困難な状況になります。

私は青森県保険医協会の会長として4

月には青森県へ物価高騰対策や診療報酬引き上げを求めて要請し懇談もおこないました。9月には東北6県の保険医協会で組織する東北保険医団体連絡会として現行の保険証の存続と診療報酬の引き上げを求めて厚生労働省に要請し懇談もおこないました。医療現場にこれ以上の負担を押し付けないでほしい。健康保険証をなくさないでほしいと強く訴えました。

いろいろ困難な時代だからこそ、基本に忠実に組合員さんの声に耳を傾けることが私たちの使命だと思っております。「健やか力推進クリニック宣言」という私たちの願いは、組合員さんの協力があればこそ実現するものと信じております。

新しい年が更に良い年になるよう祈念致しまして、私の新年のあいさつとさせていただきます。

利用者・ご家族の暮らしを支え  
未来を育む1年に健生訪問看護ステーションたまち  
統括所長 木村 美香

訪問看護ステーションたまち（本所、のだ支所、ちとせ支所）、ナーシングホームたまち、居宅ステーションちとせに加え、昨年10月から虹居宅介護支援事業所が仲間に加わりました。4つの事業所が力を合わせ、今年も利用者・ご家族が安心して在宅で暮らし続けられるよう、寄り添い支援してまいります。

先日、実習に来ていた看護学生さんが、長年りんご農家を営んでいる高齢の男性を担当しました。広大な畑を守り、終末期を迎えた今もなお、「仕事をしているときが一番楽しい。がむしゃらに仕事してきた。仕事は誰にも負けないよ。だから、学生さんも頑張りな」と笑顔で、誇りに満ちた声で語られました。

その言葉に学生さんも次第に表情が緩み、自然と会話が弾んでいる様子でした。帰り道、学生さんは「とても優しいひと

で逆に元気をもらいました。私も、誇りを持って働く看護師になりたいです」と話してくれました。利用者・ご家族の言葉が私たちの励みになり背中を押してもらうことも多く、一緒に未来の仲間を育てていただいている。訪問看護だからこそ出会えるあたたかさを、看護学生さんと一緒に分かち合えたひとときでした。

人材不足が続く現場ですが、私たちは今年も学生実習や研修の受け入れに力を入れ、在宅で働く魅力や地域とつながる仕事のやりがいを伝えています。また、職員一人ひとりが安心して働く環境づくりにも引き続き取り組み、「いつかここで働きたい」と思っていただける事業所を目指してまいります。

本年もスタッフ一同どうぞよろしくお願いいたします。

## 新年 院長 紙ヒコ

“もしもの時”的話を  
大切な人と

健生黒石診療所 所長 坂戸 慶一郎



旧年中は皆様に大変お世話になりました。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

新しい年を迎えると、「今年はどんな一年にしたいか」を考える機会が増えます。健康のこと、家族のこと、地域での暮らしのこと——ご親戚が集まるこの時期だからこそ、もうひとつ心に留めていただきたいことがあります。それは、「もしもの時について、身近な人と少し話してみる」ことです。重く捉える必要はありません。これから暮らしをより安心して続けるための、穏やかな“未来の会話”です。

私たちの診療所では訪問診療を行っています。通院が難しい方のご自宅へ伺い、いつもの生活の場で診療や相談を行う仕組みです。玄関先の匂い、居間に差し込む光、季節の移ろい——その方が大事にしてきた日常の中で、その人らしい暮らしを支える医療を心がけています。

在宅で療養される多くの方は、「できるだけ自分らしく暮らしたい」と願っています。その思いを叶えるために役立つのが、「何を大切にしたいか」「どんな状況が安心につながるか」を、あらかじめ共有しておくことです。気持ちが伝わっていれば、ご家族も医療者も迷いにくく、一緒に同じ方向を向くことができます。

昨年、津軽保健黒石支部の健康まつりでは、「どせばいいカード」を使ったワークショップを開催しました。「いでぐね（痛くない）」「えの人と過ごして！（家人の人と過ごしたい）」などの希望がイラストとともに描かれ、気になるカードを選ぶ形式です。「こんな時、私はどうしたいべ？」「うちの親もこうだったなあ」と語り合う姿が印象的で、日常の延長のような雰囲気の中、自分の気持ちや周囲の思いに気づく、やわらかな時間となりました。

“言わなくても伝わる”と思いがちですが、実際にはそうでないこともあります。難しく構えず、明るい気持ちで少しだけ言葉にしてみることが、からの暮らしを守る力になります。

今年も医療生協は、みなさんが自分らしく、安心して暮らし続けられるよう、地域とともに歩んでまいります。

[訂正]  
10月号  
新型コロナワクチンの金額

第15回

おらほの  
いいどご  
発表会  
2026年  
1月10日 土 13:30-15:30  
(開場: 13:00)  
中央公民館岩木館 TEL: 0172-82-3214  
弘前市賀田1丁目18-3

正誤  
組員  
15,600円  
(税込)  
未組合員  
17,600円  
(税込)  
組合員  
17,600円  
(税込)

職員  
健生病院 リハビリ科: 「地域包括医療病棟について」(仮)  
健生病院 医局: 「医療生協研修 (班会について)」(仮)  
黒石診療所: 「自宅で最期を迎える」(仮)  
ナーシングホームたまち: 「タイトル未定」  
藤代健生病院 栄養科: 「タイトル未定」  
和徳支部: 「他団体と一緒に取り組んだみんなの夏まつり」(仮)  
大成支部: 「柴田学園大学とのコラボ」  
黒石支部: 「どきどき三社大祭」  
木造新田支部: 「支部同士の交流の取り組み」(仮)  
お問い合わせ 教育委員会 (担当: 組織部 鶴ヶ谷喜之)  
TEL: 0172-35-8933

第11回子育て支援カフェ  
赤ちゃんの  
お口の中を知ろう!  
講師  
歯科衛生士  
健生リハビリ科  
生後0か月~3歳ころまでの赤ちゃんは口の中の発達が大切!!  
食べる・話す・呼吸するための基礎を身につける時期です  
ぜひ一緒に、赤ちゃんの口の中について学んでみませんか?  
2026年  
3/7 土  
10:00~  
11:00  
生協会館 2階 (COOPあおもり和徳店隣)  
QRコードから  
申し込み締め切り 2026年3月3日  
連絡先: 生協本部 寺島  
0172-33-7515

津軽保健生活協同組合 健康づくり委員会・中央連絡会主催  
健康づくり講座参加者大募集!

下記の日程で、健康づくり講座を開催します。自分の健康はもちろん、家族や地域の方の健康づくりをサポートする方法を一緒に学んでみましょう。多数のご参加をお待ちしております。

日 時: 1回目3月6日(金) 9:30~15:00 血圧計  
2回目3月7日(土) 9:00~14:00  
場 所: 津軽保健生協会館2Fホール  
対象者: どなたでも受講できます。最少催行人数5名  
以前受講された方も、復習のために再受講できます。テキストをお持ちの方は必ずご持参下さい。参加者が5名に満たない場合は中止します。  
参加費: 550円 (再受講者でテキスト持参の方は無料)  
持ち物: 筆記用具、昼食の用意は各自でお願いします。昼食は2階ホールを使用できます。  
お申込み締め切り: 2月27日(金)  
健康づくり交流集会のお知らせ  
例年3月に行っていた健康づくり交流集会は4月12日に行います。  
・場所: 健生病院附属棟会議室  
・講話 「聞こえと認知症 ~現状と対策を知ろう・主に補聴器について~」  
あきた耳鼻咽喉科クリニック 秋田二朗 Dr.  
柴田学園大学学園祭での健康チェック、まちかど健康チェックのまとめ、2024年度活動報告と2025年度活動方針の報告を予定。詳細は改めてお知らせします。  
◆お申し込み、お問い合わせ先 組織部(0172-35-8933)



とんでもない所から、出てきます。脳トレもしているのですが、何とかならないかな?!

風邪をひかずに  
板柳町 にこにこママ

雪も降り、体調を崩し  
やすい時期になりました。  
美味しいものをしつかり  
食べて、風邪をひかない  
ように過ごしたいです。

イベントがあり、いつか  
参加してみたいと思いま  
す。

退職後8年ほど定期検診を避けてきましたが、昨年体調がおかしいなど気づき、内科を受診しました。1年が過ぎ薬をつ種類服用しながら過ごしています。現実逃避なりがちな私ですが、健康に関しては、逃げずに向き合っていこうと思います。

名前多いですね。  
胃力メラ体験  
五所川原市 西崎恵美子  
今年初めて胃カメラを  
体験。苦しいものだと  
思つて長い間敬遠してき  
ました。こんなに楽なに  
(鼻から)、もっと早く  
調べてもらつていれば良  
かった。

向になり 冬支度に少し  
頑張っているところです  
「国宝（観た）」  
弘前市 石岡 裕樹  
年末恒例の流行語に  
「国宝（観た）」がノミ  
ネート。小説の「国宝」  
も読み応え充分でした。  
映画館へ行けない人に  
は、おすすめです。

弘前市 宮川由香 初めて2人の孫とご対面♡ 会つたばっかりでなついてくれて、かわいくて幸せな時間でして、た。いつ死んでもいいと思ってた私。だけどとんでもない、長生きしなくちゃ!!

と「すぐすぐエンジエル」楽しみにしていました。今回の「楽しいお料理」も!

地域医療を守れ  
五所川原市 對馬 留明

11月号1面の県内医療機関「報酬見直し急務」には同感です。介護の現場も同様です。



# 読者サヨン

【投稿のお説い】身のまわりのこと、健康のこと、何でも「おたより」歓迎します

い思い出と貴重な失敗体験を想起させます。つまづいたり、転んだり、時にはケガをしたり…。でも決して無駄ではありませんでした。

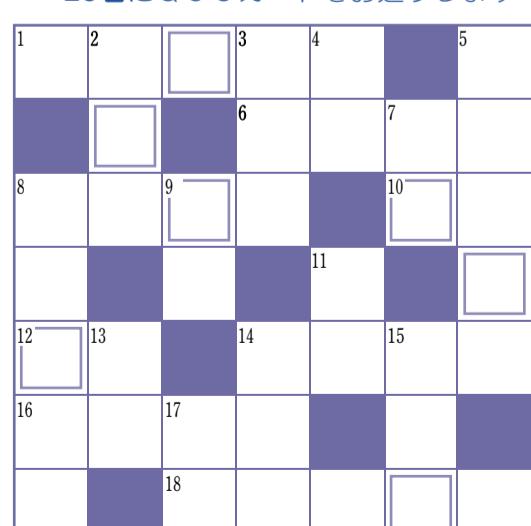
にも、重い荷物や車の強い振動などちょっとした日常生活でも骨折になることを知りました。まずは骨密度検査を妻にも勧め、予防していくたいと思います。

介護サポート事業  
黒石市 千葉

りんご園の日々  
青森市 鎌田トキ子

# 健 康 パ ズ ル

1月は当選者ワクも拡大!  
20名にQリオカードをお送りします



《ヒント》(7文字)  
寒波もこう言われると強そう  
今シーズンはどうかな?



第752号(11/1付)パズルの  
正解「ミチクサ=道草」

2 「——が鷹を産む、  
3 川が曲がりくねつて  
　　流れるさま  
4 門（かど）——。  
　　ぼつくり  
5 複雑の反対は？  
7 一面に塗りつけるこ  
　　と  
8 ここを蹴られると痛  
　　くて弁慶でも泣くら  
　　しい  
9 「——様。韓国ドラ  
　　マで日本女性の心を  
　　とりこにしました  
11 とても鼻の長い動物  
13 父母の兄弟  
14 配達してもらつたり  
　　ボリタンクで買つて  
　　きたりする燃料

鶴板つ五平青  
田柳が所川川森  
町町市市市市市

15 ——へアに——スカート。ショートやミニではありません  
16 腕に——をかけてごちら  
17 そうを作る

8 「——息災」

1 正月に子供が大人から  
貰うもの

6 綿という意味の英語です

10 岩木山は別名津軽とも呼ばっていますね

12 「——心あれば水心」

14 互いに議論をたたかわすこと

18 16 頭の方。——注意  
——城。浦島太郎が乙姫さまのもてなしを受けたところです

このような時、ご連絡ください

- ・住所、氏名が変わった時…。
- ・引っ越しされた時…。
- ・「健康」新聞が2部届いている時…。
- ・組合員がお亡くなりになられた時…。

▼締切日1月20日必着。▼  
解者から20人にQUO  
カードをお贈りします。  
▼送り先  
〒361-8045  
弘前市野田2丁目2の1  
津軽保健協・健康パズル  
係  
Eメール  
kenkou@sugaru-health.com

應募方法



## 健生病院 外来担当医表

## 整形外科

予約制 受付時間 8:30~11:00

月・水曜日のみ新患受付／定期通院は予約制／火・木・金曜日は完全予約制（手術の為）

診療時間	月	火 <完全予約制>	水	木 <完全予約制>	金 <完全予約制>	土
午前 のみ	9:00~	木村 那須 三浦	〈予約のみ〉 木村	那須 三浦	〈予約のみ〉 三浦	〈予約のみ〉 木村 那須 三浦

- ・新患の受付は月・水曜日のみとなります。
- ・受付時間内であっても診療対応可能な人数を超えた場合、後日受診などを相談させて頂くことがありますので了承ください。
- ・他院からの転医希望の方は治療内容によっては受診当日の診察が困難な場合もありますので、予め診療情報提供書の持参をお願いします。

## 小児科

受付時間 8:30~11:00

※夜間外来は2024年10月末をもって終了しました。

※37.5℃以上の発熱がある方の受付時間は9:30~11:00になります。

※午後の診療は予約が必要です。詳しくは小児科外来受付にご相談ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前	9:00~	○	○	○	○	○
午後	要予約	予約 外来	予約 外来	予約 外来	予約 外来	休診

## ■小児科予防接種外来

予防接種外来は、下記以外にも診療時間内であれば受け付けております。小児科外来受付にご相談ください。

受付・診療時間	月	火	水	木	金	土
14:00~14:30	○	-	○	-	○	-

## ■子育て健診

予約が必要です。詳しくは小児科外来受付にご相談ください。

受付・診療時間	月	火	水	木	金	土
予約制	-	4ヶ月健診 7ヶ月健診	1ヶ月健診	10ヶ月健診 1歳6ヶ月健診	-	-

## 外科

受付時間 8:30~11:00

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 のみ	9:00~	伊藤 境(剛) 原(隆)	兼田 松本	伊藤 笹田 原(隆)	境(剛) 原 笹田	松本 兼田 原(隆)

## 産婦人科

受付時間 午前 8:30~11:00

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前	9:00~	橋本 佐藤(賢)	橋本 佐藤(賢)	橋本 佐藤(賢)	橋本 佐藤(賢)	休診
午後	予約外来	産後健診 母乳外来	産後健診 母乳外来	1ヶ月健診	産後健診 母乳外来	母親学級 (第1金曜日) 産後健診 母乳外来

## ■産婦人科専門外来（完全予約制）

- ・「助産師外来」…月曜日～金曜日 午前8時30分～12時まで 予約制
- ・「母乳外来」…電話での予約制（緊急時は随時検討）
- ・「産後健診」…14時～15時まで 予約制

※いずれも予約外来となっていますので、詳細は産婦人科外来受付までお問い合わせください。

※里帰り分娩については「里帰り分娩について」のページをご覧ください。

## 皮膚科

受付時間 13:00~15:00

診療時間	月	火	水	木	金	土
午後 のみ	13:30~15:30	○	-	○	-	-

・担当医師：弘前大学医学部附属病院 皮膚科医師（交代制）

※外来診療体制の調整につき、受付人数を1日10名までに制限させていただきます。

※手術や皮膚生検など時間のかかる処置について：原則1日1件まで。

（診療に余裕がある日や緊急性の高い場合は除きます）手術等は別日にあらためてご来院いただく可能性が高くなること預めご了承の上、ご来院ください。

※症状が落ち着いた患者さんや手術目的の患者さんは、他院へ紹介させていただく場合があります。

## 救急外来

原則として、休診日や診療時間にかかわらず終日対応しております。

- ・ご来院の際は、あらかじめお電話にてご連絡ください。TEL.0172-55-7717代
- ・健生病院は、弘前市二次救急輪番（内科・外科・小児科）に参加しています。怪我や病気の状況によっては、他院の受診をお勧めする場合があります。
- ・かかりつけ医がある方は、まずはかかりつけの先生とご相談ください。
- ・救急外来では、重症患者の初期対応と、急病の応急処置を目的に設置しております。次の日まで待てるくらいの軽い場合は、日中の通常外来の受診をお勧めいたします。
- ・重症患者対応や混雑の際には、相当の待ち時間（2～3時間）が発生します。
- ・来院される場合は、資格確認書／マイナ保険証をお忘れなく。当院の診察カードをお持ちの方は、診察カードをご用意ください。

## 健診科

- ・完全予約制です。健診ご希望日から2日前までに、お電話または健診科窓口にてご予約ください。
- ・詳しくはHP内「健診・がん検診・人間ドックのご案内（健診科）」のページをご覧ください。

## 健生クリニック 外来担当医表

## 内科 一般外来

受付時間 月曜日～金曜日 午前8:30～11:00

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～	飯田 加藤 佐藤(江) 原(徹) 宮澤	飯田 石田 加藤 相樂 原(徹)	石田 宇藤 宮原 安田	岡野 加藤 相和 波岡 安田	阿部 飯田 岡野 加藤 佐藤(江) 波岡	SAS (予約のみ)
午後	休診					

## 内科 専門外来

内科専門外来は、一般外来を受診していただき、医師の指示があった方の予約診療となります。

診療時間	月	火	水	木	金
午前 9:00～	-	[心臓] <第1・2・3週> 飯田・阿部 [ペースメーカー] <第4週> 阿部 [糖尿病] 丹藤	[内視鏡] 岡野 [糖尿病] 佐藤(江)	[睡眠呼吸障害] 飯田	[脳卒中] 安田 [血液内科] 弘前大学医学部 附属病院医師
午後 13:30～	[肝臓] 千葉 [循環器] 弘前大学医学部 附属病院医師	[心臓血管外科] 弘前大学医学部 附属病院医師	[心臓] 加藤	[免疫] 弘前大学医学部 附属病院医師	[糖尿病] 佐藤(江) [心臓血管外科] 弘前大学医学部 附属病院医師 [じん肺] <第3週> 遠藤 (予約のみ)

※関連ページ：HP内肝臓外来のご紹介

## 泌尿器科

受付時間 13:30～14:30

予約制：新患の方は事前に予約が必要となります。看護師にご相談ください。

診療時間	月	火	水	木	金
午後 13:30～	-	-	-	-	工藤

## 精神科

受付時間 午前 8:30～11:30／午後 13:30～14:30／夜間 16:00～18:30  
予約制：新患の方は事前に予約が必要となります。看護師にご相談ください。

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 9:00～	高	高 小鹿	高 小鹿	高 吉田	高 小鹿	予約のみ
午後 14:00～	高	-	-	高 吉田	高 小鹿	-
夜間 16:30～	-	高	-	-	-	-

※当院では精神科リハビリテーションの一環としてデイケアを行っています。詳細はHP内「精神科デイケアのご案内」をご覧ください。

## お問合せ

健生病院：0172-55-7717

健生クリニック：0172-55-7707