

外来診療担当表

2023 年 4 月 1 日

診療科	医師名	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科	栗原	8：00～11：30 —	— 🏥 13：30～15：30	8：00～11：30 —	—	8：00～11：30 —
	細田	—	8：00～11：30	8：00～11：30	—	—
	細田 (専門外来)	—	(のみこみ) 🏥 12：30～	—	—	🏥 9：00～11：30 (呼吸器内科)
	武井	— 🏥 14：00～15：45	8：00～11：30 —	—	8：00～11：30 🏥 14：00～15：45	—
	網野	—	8：00～11：30	—	8：00～11：30	—
総合診療科	伊藤	8：00～11：30 🏥 14：00～15：45	—	— 🏥 14：00～15：45	8：00～11：30 —	8：00～11：30 —
小児科	岩波	8：00～11：30 —	8：00～11：30 14：00～16：30 交替制	8：00～11：30 16：00～18：30 交替制	8：00～11：30 —	8：00～11：30 14：00～16：30 交替制
	馬場	—	— 14：00～16：30 交替制	— 16：00～18：30 交替制	—	— 14：00～16：30 交替制
	予防接種	🏥 14：30～15：30	—	🏥 14：30～15：30	—	—
	慢性発達	—	🏥 14：00～16：30	—	🏥 14：00～16：30	—
	1 か月健診	—	—	—	—	🏥 14：30～15：30
外科	森下	8：00～11：30	—	—	8：00～11：30	—
	櫻井	—	8：00～11：30	8：00～11：30	—	—
消化器外科	森下	—	—	—	—	(第 2・4 週) 13：30～15：30
整形外科	柴田	8：00～11：30 ※診療 10 時～	8：00～11：30	8：00～10：30	—	8：00～11：30
耳鼻いんこう科	横田	8：00～11：30 —	—	8：00～11：30 🏥 17：00～18：45	—	(第 1・3～5 週) 8：00～11：30 🏥 14：30～16：30
	岩下	—	8：00～11：30	—	8：00～11：30	—
	横田 (専門外来)	(めまい) 🏥 14：30～16：30	(補聴器) 🏥 13：30～16：30	—	(睡眠時無呼吸) 🏥 14：30～16：30	—
	横田 (のみこみ)	—	— 🏥 13：00～	—	—	—
産婦人科 ※診療9時～	施	—	8：00～11：30	—	8：00～11：30	—
	山田	8：00～11：30	—	—	—	—
皮膚科	菅谷	—	—	8：00～11：30	—	—
眼科	岡部	—	—	8：00～10：30	—	—
精神科 心療内科	木下	—	—	—	—	(第 2 週) 13：00～13：30

☆禁煙外来、女性助産師による乳房マッサージや産後相談も受付中です。
☆各時間は受付番号発行の時間です。診療開始は、受付開始30分後です。
☆※マークがある場合は、※の時間が診療開始時間です。
☆休診日：土曜日、日曜日、祝日、5月1日、12月29～1月3日
☆諸事情により急遽の休診や代診等の可能性がございます。あらかじめご了承ください。

下伊那赤十字病院 〒399-3303 長野県下伊那郡松川町元大島3159-1
TEL.0265-36-2255 (代表) FAX.0265-36-2256
http://shimoina.jrc.or.jp/
発行：下伊那赤十字病院広報委員会

ご予約・お問合せ先 (平日12:00～16:00)
☎0265-36-2255



当院
発熱外来



当院
ホームページ



vol.90

2023年4月発行

ひだまり



今年もフレッシュな新入職員が揃いました。
皆さまよろしくお願ひいたします。

大切なお知らせ

めまい外来の
診療時間が
変更になりました

トピックス

2面 健康センターよりお知らせ
3面 看護週間、赤十字月間とは



日本赤十字社 下伊那赤十字病院
Japanese Red Cross Society

睡眠時無呼吸症候群 簡易検査を導入しました！

よく耳にする「睡眠時無呼吸症候群」ですが、寝ている間に呼吸が止まっていたとか、最近いびきがひどいね、なんて言われたことがあったら疑ってみると良いでしょう。ご心配な場合は、寝ている間の睡眠の状態を把握するための検査を受けられる事をお勧めします。

当健診センターでは、この睡眠時無呼吸症候群に関する「簡易検査」を令和5年度から一泊・日帰りドック受診時にオプションとして追加することが可能となりました。今回はこの検査についてお話しします。

この検査は指で血中酸素濃度を測定し、鼻からの気流やいびきの具合を測定し、外来受診の必要性を判断します。



■使用する機材は■

- ・鼻に装着するカニューレ
- ・指に装着するオキシメーター
- ・制御記録機

となっております。ご自宅で眠っている間装着し、翌朝取り外して当健診センターへ返却していただくだけの簡単なものとなっております。



その後、お返し頂いた機材から就寝中のデータを読み出し、呼吸が止まった回数や低酸素の状態等を解析します。当健診センターでは、1時間当たりの無呼吸低呼吸の回数（AHI）を以下のように設定しています。

0.0～4.9 : 正常
5.0～14.9 : 軽症
15.0～29.9 : 中等症
30.0以上 : 重症

また、1時間当たりの無呼吸低呼吸の回数（AHI）より、外来受診の目安を設定しています。

0.0～9.9 : 不必要
10.0以上 : 必要

検査の結果外来受診が必要となれば、当院耳鼻咽喉科へご案内することも可能です。

なおこの簡易検査は、すでに貸し出し中の場合はオプションをお受けすることが出来ませんが、当院耳鼻咽喉科外来へ相談することは可能ですので、ご遠慮なくお声掛け下さい。

無呼吸検査結果	
様	年齢: 歳 性別: 男 身長: cm 体重: kg
★呼吸の状態 ○1時間当たりの無呼吸低呼吸回数(AHI) 5.8回/時 ○全睡眠時間の無呼吸低呼吸回数 45回 ○最長の無呼吸低呼吸時間 53秒 ○平均の無呼吸低呼吸時間 22秒 ★酸素不足の割合 ○1時間当たりの血中酸素飽和度低下回数(ODI) .. 10.5回/時 ○血中酸素飽和度最低値 88%	
★結果判定 ●あなたの無呼吸状態は以下の通りです 正常 AHI 0 15 30 30以上	
所見 スクリーニングの結果は「軽症」です。 耳鼻科受診の必要性はありません。	
下伊那赤十字病院健診センター	

看護週間について



21世紀の超高齢社会を支えていくためには、看護の心、ケアの心、助け合いの心を私たち一人ひとりが分かち合うことが重要となります。

こうした心を、老若男女を問わず誰もが育むきっかけとなるよう、近代看護を築いたフローレンス・ナイチンゲールの誕生日にちなみ、「看護の日」が5月12日（1990年～旧厚労省）に制定されました。そして、看護の日を含む週の日曜日から土曜日までが「看護週間」とわれています。

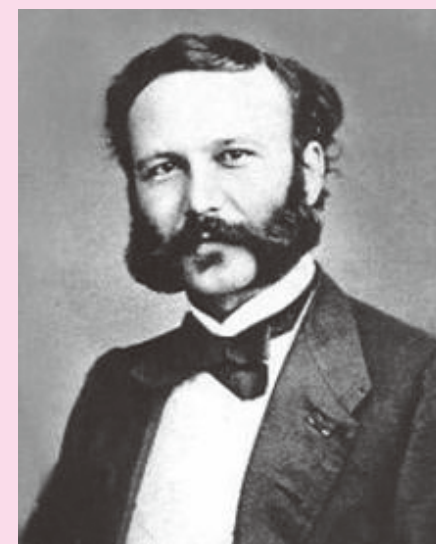
当院では看護の日・看護週間にちなんだ活動を行なっています。

〈例〉

- ・玄関に認知症認定看護師によるパネル展示
- ・外来ご来院患者さんにイベントグッズの配布
- ・入院されている患者さんにアロマオイルを使った清拭や、入浴剤を使った入浴
- ・看護の日（5月12日）昼食に「看護の日特別メニュー」を提供

今年の看護週間（5月7日～5月13日）にも、皆さんに看護に関心を持っていただけるような企画を計画しております。

赤十字月間について



アンリー・デュナン

ることなく活動を行っています。赤十字月間期間中に関わらず、今後とも赤十字社へのご支援をお願いいたします。

5月1日は日本赤十字社の創立記念日、5月8日は赤十字創始者アンリー・デュナン生誕の日「世界赤十字デー」であるため、日本赤十字社では毎年5月を「赤十字運動月間」として、皆さまに赤十字のさまざまな活動をご紹介します、継続的なご支援をお願いしています。日本赤十字社では、国際救護活動（現在のウクライナ支援やトルコ・シリア地震支援）や救急法等の講習会普及など様々な活動を行なっていますが、これらの活動は全て皆さまからお寄せいただいたご寄附（社費）のみで成り立っており、国や自治体から補助金を受け取る

