下伊那赤十字病院
管理者／病院長　白子隆志

外来診療担当医表

2025年11月1日現在

診療科		月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
内科 総合診療科 呼吸器内科	午前	栗原	細田・綱野	栗原・細田	綱野	栗原
	午前 総合診療	白子（9：00～）	市立医師（9：15～）		横田（10：00～） 藤田医大医師（月１回）	
	午後		栗原			
	夕方診			交替制（第１・２・４週）		
	呼吸器					細田
◎午後／予約制　◎夕方診、呼吸器内科：完全予約制						
小児科	午前	岩波	岩波	岩波	岩波	岩波
	午後		岩波			岩波
	夕方診			岩波		
	予約	予防接種		予防接種		
・午後／14：00～16：30まで　・夕方診：16：00～18：30まで ◎予防接種：予約制、14：30～15：30まで						
外科 消化器外科	一般	森下	柘植	柘植	森下	白子 診療9時～
	消化器					森下（第２・４週）
◎消化器外科：14：00～16：00まで（受付15：30まで）						
整形外科	午前	後藤	後藤		後藤	後藤
		柴田 （完全予約制）診療10時～	柴田 （完全予約制）	柴田 （完全予約制）		横井 診療10時～
	午後				後藤 （予約制）	横井 （予約制）
◎午後：木曜14：00～15：00まで、金曜15：00～16：00まで（両日とも手術で診療開始が遅れる場合あり）						
耳鼻いんこう科 専門外来 のみこみの外来	午前	横田	岩下	横田	岩下	横田（第１・3～5週）
	午後					横田（第１・3～5週）
	夕方診			横田		
	専門	めまい・横田	補聴器・横田		睡眠時無呼吸・横田	
	のみこみ		細田／横田			
◎午後／予約制（当日予約も可）、14：30～16：30まで　◎夕方診／予約制（当日予約も可）、17：00～18：30まで ◎めまい、睡眠時無呼吸／予約制、14：30～16：30まで　◎補聴器／完全予約制、14：00～16：30まで　◎のみこみの外来／完全予約制						
産婦人科		山田				
皮膚科 ★受付10：30まで				菅谷		
眼科				山梨大医師		
★受付10：30まで						
精神科・心療内科						木下（第２週のみ）
★受付13：00～13：30まで						

ご注意

- ●受付時間は原則8時00分～11時30分、診療開始は受付時間の30分後からとなります。なお、診療科・曜日によって異なる場合があります。
- ●急な体調不良で、平日午後受診を希望される場合はお電話にてご相談ください。
  但し、医師の状況により希望に添えない場合もありますので予めご了承ください。
- ●休診日：土曜日、日曜日、祝日、5月1日、12月29日～1月3日
- ★諸事情により、急遽休診や代診等になる可能性があります。予めご了承ください。
- ★上記担当表は変更される場合がありますので、病院ホームページにてご確認ください。

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

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

松川町より年額1億2千万円の補助を負担いただき、事業継続のための必要医師確保、施設整備、医療機器更新等へ充当させていただいています。
松川町の皆様、ありがとうございます。

Japanese Red Cross Shimoina Hospital

1877～2027 150 YEARS AND BEYOND

ひだまり

下伊那赤十字病院広報誌
vol.100
2025年11月発行

おかげさまで 創刊100号

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

令和7年度院内災害訓練を行いました

災害対策委員会委員　矢部茂美（看護部）

日本赤十字社では、「苦しんでいる人を救いたいという思いを結集し、いかなる状況下でも、人間のいのちと健康、尊厳を守ること」を使命として、様々な活動をしています。

下伊那赤十字病院では、この地域で地震などの災害が起きたときに、被災された方々を一人でも多く救うための救護活動が展開できるよう、毎年訓練を行っています。

令和7年度も9月25日（木）に、当院職員約60名と松川町役場総務課の皆様、松川町赤十字奉仕団の皆様のご協力をいただきながら行いました。

今回の訓練では大きな地震被害を想定し、複数の傷病者に対応する訓練となりました。

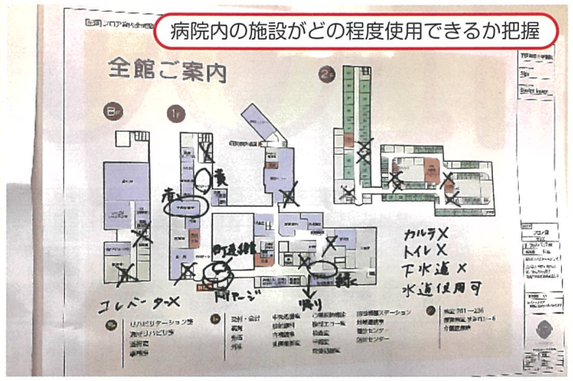
松川町役場職員の皆様とは、災害時の互いの役割確認や、連携について考えるよい機会となりました。

また赤十字奉仕団の皆様には、被災者役を担っていただきました。この被災者役皆様の迫真の演技が、訓練と言えども、非常に緊張感のあるものになったと感謝いたしております。

昨年に続き今年もこのような訓練が出来たことは、大変有意義であったと思っています。

この場を借りてお礼申し上げます。ありがとうございました。

今後も下伊那赤十字病院は、地域の皆様の健康と尊厳を守るため、災害救護活動に積極的に取り組んでまいります。



災害への備えについて考えてみましょう

ここまでは、災害が起きてから下伊那赤十字病院が災害時の役割を果たすための訓練について書かせていただきました。しかし、災害による被害を少なくするためには、日頃からの「備え」が大切です。

では、どのような備えをしたら良いのでしょうか。以下を参考にしてみてください。

1 まずは・・・

▶自助・・・自分のいのちは自分で守る

補聴器・眼鏡・入れ歯・普段飲んでるお薬（お薬手帳）などをすぐ手に取れるところにおいておく

2 備えておくもの

▶非常用持ち出し袋
▶お粥や介護用のレトルト食品・とろみ剤
▶おむつ、尿取りパッド
▶緊急時避難カードを作っておく
　住所・氏名・生年月日・緊急時に連絡して欲しい人の連絡先、かかりつけ医の連絡先、持病服用している薬など

3 続いて・・・

▶共助・・・地域の人との助け合い
守ったいのちを**つなぐ**

声をかけながら、率先して避難をする
その姿が、周囲のひとたちに危険を知らせる信号になり、地域の人々のいのちをまもることにつながります。

4 地域のつながり

▶日頃から積極的に地域の行事や活動に参加し、近所の方と交流をもちましょう
▶地域の防災訓練は参加しておくと、いざというときに行動しやすくなります。

5 行政が行なっていること（公助）

▶避難行動要支援者名簿への申請・登録
　高齢者や障害のある方など、自力で避難が難しく支援を必要とする人
▶災害時に地域全体で名簿に登録された要支援者の安否確認や避難支援をおこないます

▶自治体によって登録できる基準が異なるので、市町村に確認をしてください

6 行政が行なっていること（公助）

▶ハザードマップなどを作成
　私たちは、大切な情報として、県や市町村がだしている「ハザードマップ」などを知っておくと良いと思います。
避難所がどこに設置されるかなども記載されています。

https://www.town.matsukawa.lg.jp/section/hazardmap/map.html?lay=saigai_02

土砂災害ハザードマップ

ため池ハザードマップ

また下伊那赤十字病院では、ゲーム感覚で学ぶことができる「赤十字防災セミナー」を開催しております。

「ひなんじょたいけん」をカードを使いながら模擬体験し、今私たちに出来ることを考えることもとても大切なことです。

興味がございましたら、ぜひ下伊那赤十字病院総務課までご連絡ください。