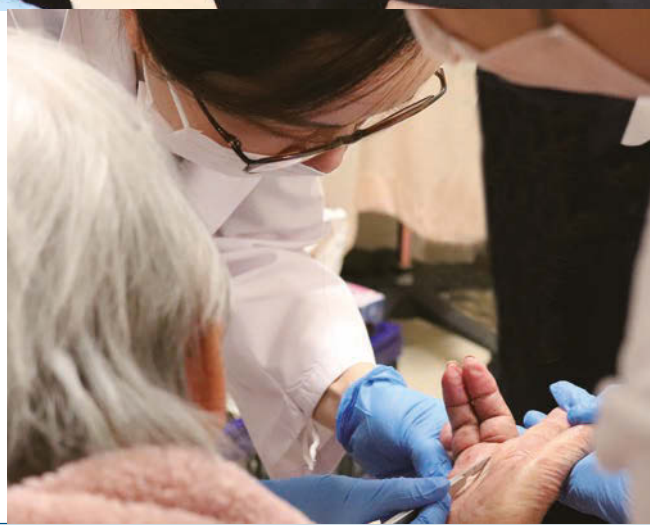
青藍会グループ広報誌

Heart News

医療　第294号　2024.2.1 発行

友だち募集中!
青藍会Facebook

青藍会グループでは、13科（循環器内科・脳神経外科・内科・リハビリテーション科・小児科・眼科・整形外科・皮膚科・耳鼻咽喉科・形成外科・歯科・呼吸器科・精神科）で地域の皆様の在宅生活を医療面からサポートします。写真は皮膚科の往診の様子。患部の皮膚や爪を採取して、その場で直接鏡検（顕微鏡で観察）で診断します。（関連記事：本誌２～４ページ）



INDEX

P2～4　往診します!!
P5　おうちdeリハビリ
P6　健康づくり講座カレンダー
P7　青藍会グループ　医師紹介
P8　外来・訪問診療医師予定表

102nd SEIRANKAI GROUP SINCE 1922

子育てサポートしています 2013年認定事業主

青藍会在宅医療支援センター
0120(2)81056（ハートコール）
青藍会（セイランカイ）
（受付）8:30～18:00（日・祝・GW・お盆・年末年始などの所定の定休日を除く）

青藍会公式サイト
働くスタッフの声

往診します!!

あんの循環器内科
事務長

２月より耳鼻咽喉科の訪問がスタートします。これにより、あんの循環器内科では診療科が13科（循環器内科・脳神経外科・内科・リハビリテーション科・小児科・眼科・整形外科・皮膚科・耳鼻咽喉科・形成外科・歯科・呼吸器科・精神科）になり、地域の皆様の在宅生活を幅広くサポートいたします。

耳鼻咽喉科

ご挨拶

耳鼻咽喉科
猿渡 雄吉

2024年２月より耳鼻咽喉科の訪問診療を担当させていただきます猿渡雄吉です。生まれも育ちも福岡県大牟田市。

福岡大学を卒業し、親から継承した町の診療所の耳鼻科医として、一般診療を長年続けておりました。年々受診される患者さんが高齢になり、来院が難しくなってきているのを目の当たりにしながらも、日常診療で用いる機材の種類が多く、全てを持って往診するのは難しい。どういった形でやったらいいのか、自分にどのようなことができるのか、手探り状態ですが、スタッフの方々の力強いサポートのもと在宅生活を支えるお手伝いができればと思います。

大牟田市から新山口駅までの通勤中に車窓から眺める瀬戸内海が美しく癒されております。

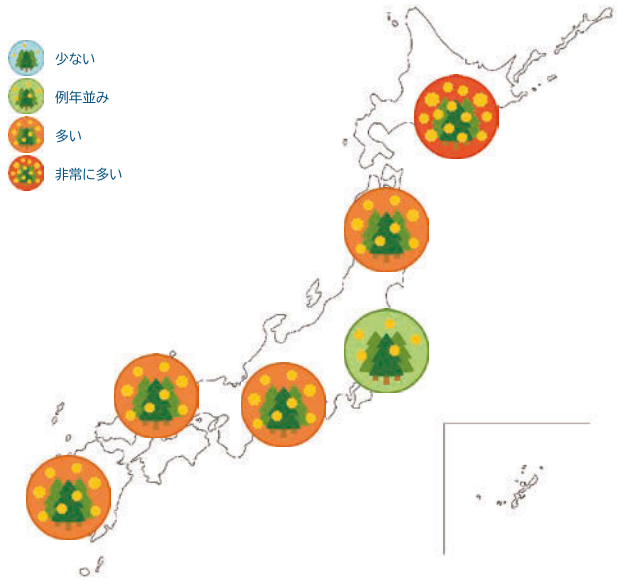
花粉症

花粉症は花粉に過剰に反応して起こるアレルギー性疾患です。今では４人に１人が花粉症と言われていますが、なぜこんなに花粉症患者が増えたのでしょうか？戦後の植林政策で日本各地にスギが植栽されたことが１つの要因ですが、さらに温暖化により夏場の気温が30度を超すのは当たり前のようになってしまい花粉の量が増えています。

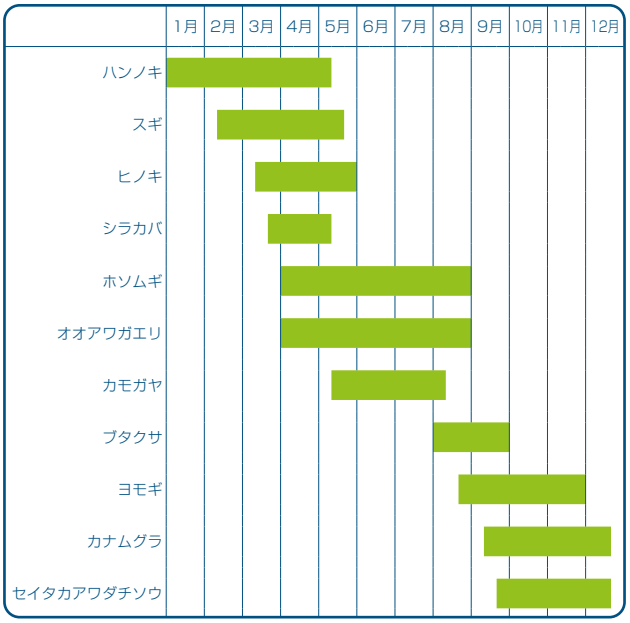
また、花粉症は免疫異常により引き起こされます。免疫機能を司る免疫細胞の約60%は腸に集中しています。そのため暴飲暴食、食物繊維の不足、糖質の摂り過ぎ、運動不足などにより腸の働きが低下すると免疫システムに異常をきたし、アレルギーになりやすくなります。

スギ花粉は、例年２月上旬から飛散し始めます。また、スギ花粉が落ち着いてくる４月頃から今度はヒノキ花粉がピークを迎えます。花粉症の代表的な症状はくしゃみ、鼻水、鼻づまりですが、これらの症状があると集中力、パフォーマンスが低下してしまいます。症状がひどくなる前に対策を始めましょう。

2024年スギ花粉飛散量予想（例年比）



花粉飛散時期



治療としては、点鼻薬・点眼薬・内服薬等の**対症療法**の他に舌下免疫療法やアレルゲン免疫療法等の**根治療法**もあります。アレルギー症状の重さや内服のしやすさなどを考慮し、自分に合った治療をしていきましょう。あんの循環器内科では、内科の外来のほか、耳鼻咽喉科、眼科の訪問診療を行っています。

《自分でできる花粉症対策》

治療以外にも、花粉症対策として以下の習慣・食生活に気をつけて取り組んでみましょう。

- 外出時には花粉が付着しにくいナイロン素材の上着を着用し、できればマスクに加え、眼鏡・帽子を着用しましょう。
- 家に入る前に玄関先で頭髪や服に付いた花粉をしっかり落とし、帰宅後はうがい・手洗いに加え、顔も洗うと良いでしょう。
- 換気は窓を10cm程度開け、網戸やレースのカーテンは閉めておきましょう。
- 早寝・早起きを心がけ、自律神経を整えましょう。
- 寝具や洗濯物を外に干すのは控えましょう。
- 腸管免疫の状態を良くするために、食物繊維やビタミン（A・C・E）、乳酸菌を積極的に摂取しましょう。

耳垢

高齢者では、耳垢（耳アカ）が溜まりすぎて聴こえづらくなっている方もいらっしゃいます。耳掃除くらい自分で…と思われるかもしれませんが、耳垢には耳の中の湿度を保ち、ゴミや細菌などの侵入を防ぐ大事な役割があり、役割を終えると古いものから順に外に押し出されます。うまく耳掃除ができなかったり耳掃除をやりすぎたりすると、外に出てきた耳垢を奥に押し戻してしまい、逆に耳垢塞栓になることもあります。また、耳垢などが原因で聞こえが悪い状態が続くと、認知症のリスクになったり、認知症が進行したりすることもあります。たかが耳垢と思わず、専門の医師にお任せください！

その他、耳鳴り・耳だれ・耳が痛い・聴こえが悪いなどの症状でもお気軽にご相談ください。先述のように、耳の聴こえが悪いとき、高齢だからしかたない・・・ではなく、耳垢塞栓や中耳炎等で、耳掃除や治療で改善される場合もあります。高齢者の慢性中耳炎では、免疫力の低下等から難治化することもあります。早めの診察・治療を心がけましょう。

皮膚科

ご挨拶

皮膚科
原口 祐子

2023年12月より皮膚科の往診を担当しております原口祐子と申します。九州大学皮膚科学教室に所属し、日本皮膚科学会認定専門医として一般的な皮膚疾患から難治性の皮膚疾患の治療に取り組んでまいりました。

私は同年４月に山口県へ転居してまいりましたが、地域の人々は優しく周囲は静かで、日々の生活や子育てにとても適していると感じております。最近のお気に入りは休日に子供と市立図書館で本を読みながらゆっくりとした時間を過ごすことです。そんな環境の中で患者様の診療を行えることに感謝しております。

これまでの経験をいかして微力ながらも地域の皮膚科診療に貢献できますよう、精一杯努力をしてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

疥癬

疥癬は、ダニの一種であるヒゼンダニが皮膚に寄生することで発症する皮膚病です。腹部、胸部、大腿内側等に紅斑、丘疹、鱗屑を生じ、激しいかゆみを伴います。長時間直接接触することでヒトからヒトへ感染しますが、衣類やリネン類等から間接的に感染することもあります。ヒゼンダニは人肌くらいの温度が最も活動的で、人の皮膚を離れると動作が鈍くなり、通常の室温・湿度のもとでは数時間で次へ寄生する力を失い長生きできません。

疥癬には通常の疥癬と角化型疥癬があります。

	通常疥癬	角質型疥癬
ヒゼンダニの数	数十匹以下（半数の患者で５匹以下）	100万～200万匹
患者さんの免疫力	正常	低下している
感染力	弱い	強い
主な症状	赤いブツブツ（丘疹・結節）疥癬トンネル	厚い角質（角質増殖）
かゆみ	強い	不定
症状がでる部位	首から下の全身	全身

疥癬が疑われる症状

疥癬は早期発見が重要です。以下のような症状が見られたら、疥癬を疑いましょう。

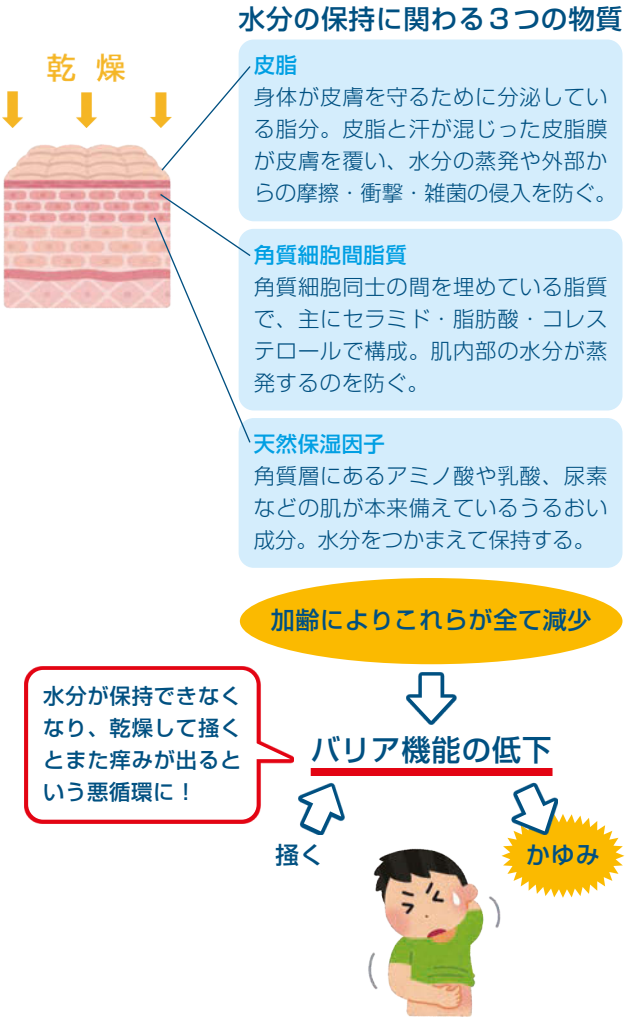
・皮膚の掻痒感があり、特に夜間かゆみの症状が強くなる
・皮膚に赤い乾燥した皮膚の盛り上がりがある
・線状の皮疹が手掌部や指間部にある
・男性の場合、殿部や陰嚢部に強いしこりがある

上記のような症状が見られた場合には、できるだけ早く皮膚科を受診しましょう。顕微鏡検査でダニの存在が認められたら疥癬と診断されます。

皮膚掻痒症・乾皮症

空気が乾燥すると、皮膚が乾燥して痒みに悩まされる高齢者が増えてきます。皮膚に明らかな発疹などがないにも関わらず体に痒みがある状態を**皮膚掻痒症**と言います。皮膚掻痒症の原因の大半は皮膚の乾燥で、**乾皮症**とも呼ばれます。

皮膚の潤いは、皮脂・角質細胞間脂質・天然保湿因子の３つの物質によって保たれていますが、年齢を重ねるとともにこれら全てが減少し、皮膚が水分を保持できず、乾燥してカサカサするようになります。



このような状態が老人性皮膚乾皮症で、すねのあたりや背中によく見られ、粉をふいたようになったりさざ波のような浅いひび割れ状態になったりします。乾燥して皮膚のバリア機能が低下すると、痒みが出て掻き、さらに痒くなるという悪循環になります。掻きこわして悪化する前にケアしましょう。

皮膚の乾燥を防ぐために気を付けたい４つのポイント

日常生活において皮膚の乾燥・痒みを防ぐために、以下の４つの点に気を付けましょう。

①衣類

肌着など、皮膚に直接触れるものは、木綿などできるだけ刺激の少ないものを選びましょう。

②食事

アルコールや香辛料などの刺激物の摂り過ぎは、体温が上昇して痒みがひどくなるので控えめにしましょう。

③部屋の湿度

冬場は空気が乾燥しているうえに、エアコンなどの暖房により皮膚が乾燥します。加湿器などを使用して適度な湿度（40～60%）を保つようにしましょう。また、こたつや電気毛布などの長時間の使用にも注意が必要です。

④入浴

入浴は皮膚を清潔に保つ一方で、皮膚にダメージを与え、乾燥を促進する要因でもあるので、注意が必要です。ナイロンタオルでゴシゴシ擦ったり、洗浄力の強い石鹸やボディソープで洗いすぎると、皮脂を取り過ぎるだけでなく、刺激による湿疹の原因になります。しっかりと泡立てて、綿や絹などの柔らかいタオルか手で優しく洗うことをお勧めします。また、熱すぎるお風呂や長湯は皮脂を取り過ぎて皮膚が乾燥する原因になります。

掻痒の多くは適切なスキンケアで緩和することができますが、なかなか良くならない、掻きこわして皮膚状態が悪化した場合には、治療が必要になります。あんの循環器内科では、皮膚科の医師が訪問で診察します。高齢者施設への訪問はお一人からでも対応いたします。お気軽にご相談ください。

問い合わせ先

あんの循環器内科　T 083（924）1151

おうちdeリハビリ 27

老人保健施設ハートホーム山口
理学療法士

日々の生活の中で、健康維持のため・今よりちょっと良くなるため・過ごしやすくなるためのアドバイスをリハビリ専門職員がお伝えするコーナーです。

体操を動画でも紹介しています。
QRコードを読み取ってご覧ください。

今回のテーマ　膝裏の柔軟性を取り戻そう！（膝裏筋膜リリース）

筋膜リリースとは

筋肉は筋線維と呼ばれる細い糸状の組織で構成され、それらを同じ動きをするもの同士をひとまとめに包んでいるものが筋膜です。筋膜はコラーゲンやエラスチンでできており、スムーズな動きを助けていますが、悪い姿勢や長時間同じ姿勢でいることで筋膜が癒着し、滑らかな動きが阻害されてしまいます。筋膜は全身につながっているので、１か所で癒着がおきると、他の筋肉にまで動きの悪さが波及し、痛みや筋力低下、柔軟性やパフォーマンスの低下につながります。

特に膝裏が硬くなると、本来なら膝周辺の筋肉の伸び縮みで膝の曲げ伸ばしをしているのが、動きが悪くなり、膝に違和感や痛みが出やすくなります。また、膝裏がしっかり伸びないと、膝が曲がったままになり、骨盤が後ろに傾き、背中が曲がり首が前に突き出るような悪い姿勢になり、全身の歪みや痛み、不調につながっていきます。

このような硬くなった部位の筋膜の萎縮・癒着を引き離したりこすったりして正常な状態に戻すことを**筋膜リリース**と言います。

今回は、硬くなった膝裏の筋膜をほぐしてやわらかくするための体操を２つご紹介します。

膝裏ほぐし体操１

①床に座り脚を伸ばした状態にして膝を両手でつかむ。
　※親指以外の４本の指で膝裏をプッシュするように両手で膝をつかむ。
②膝を軽く上げ下げしながら膝裏に刺激を与える。
　※①の姿勢のままトントンと叩きつけるように軽く上げ下げを20回ほど行う。
③膝を中心にゆらゆらと左右に回旋させ、中の筋肉を刺激。
　※①の姿勢のまま膝をゆらゆらと左右に20回ほど行う。

膝裏ほぐし体操２

①両手でふくらはぎを触り、筋肉が硬くなっているところを探す。
　※硬いというのがわかりづらい場合は、押すとイタ気持ちいいと感じるところ。爪を食い込ませず、指の腹を使いましょう。
②両手でふくらはぎを捉えたまま、つま先を20回上げ下げして奥の筋肉をほぐす。
③膝を立てて膝裏を４本の指で捉えて押す。
　※膝の裏がつまっていると老廃物が流れずむくんでしまうので、忘れずに行ってください。

上記の運動の回数に関しては目安となるのでご自身の体の状態に合わせて行いましょう。

１月のイベント
健康づくり講座の様子をご紹介

1/13(土)　はあと保育園吉敷OYA塾「のり巻きを作ろう」

　サラダ巻きとキンパの２種類ののり巻きを作りました。用意された具材を好きなように並べ、中身も太さも個性たっぷりののり巻きができあがりました。自分たちで作ったのり巻きは格別で、豚汁と一緒に美味しくいただきました。

文責：岡﨑

1/13（土）　はあと保育園中央OYA塾「リトミック～体を動かして遊ぼう～」

　リトミック（音楽を通して子どもの感性や表現を育てる教育法）を通して、０歳のお子さんとのコミュニケーションのとり方や遊び方を学びました。エッグシェイカーや鈴などの音の鳴るおもちゃを使い、保育士が様々な関わり方を示すことで保護者の方々も遊び方の幅が広がったと大変喜ばれていました。

文責：蕗

1/26（金）　はあとカフェ宮野「ストレッチ教室」

　寒いと外出や運動の機会が減って運動不足になりがちなので、メディフィットクラブの健康運動指導士を招いて、室内で座ってできるストレッチ教室を行いました。

　児童クラブの子どもたちからご高齢の方まで幅広い年齢の方が参加し、汗ばむくらいしっかりと身体を動かしました。

文責：福井

2024年２月
健康づくり講座カレンダー

☆壁や冷蔵庫に貼ってお使いください

問い合わせ先
青藍会在宅医療支援センター
0120（2）81056
担当：藤本

《講座対象者》
- 高齢者
- 子ども
- どなたでも

右上の○の中の数字は定員
↓
例）13:00～15:00 認知症サポート⑤ オレンジカフェ白石

日	月	火	水	木	金	土
				1 10:00～13:00 はあとこども広場 はあと保育園中央	2 8:30～18:00 もの忘れ外来 あんの循環器内科 10:00～10:30 鬼をやっつけよう！⑩ はあと保育園吉敷 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	3 8:30～12:30 もの忘れ外来 あんの循環器内科 9:00～12:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口 13:00～14:30 はつらつクラブ ハートクリニック南山口
4	5 10:00～11:00 健康相談 ハートホーム山口 14:00～15:00 健康相談 ハートホーム山口 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口 14:30～17:00 介護相談 ハートクリニック南山口	6 14:00～16:00 健康麻雀 ハートホーム山口 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	7 10:00～13:00 はあとこども広場 はあと保育園新山口 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	8 10:00～13:00 はあとこども広場 はあと保育園中央 14:00～15:00 リハビリ健康体操 ハートホーム山口	9 8:30～18:00 もの忘れ外来 あんの循環器内科 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	10 8:30～12:30 もの忘れ外来 あんの循環器内科 8:30～12:30 もの忘れ外来 川井医師 あんの循環器内科 9:00～12:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口 14:00～15:00 緊急時の対応（AED）⑮ はあとカフェ南山口
11	12 振替休日	13 14:00～16:00 健康麻雀 ハートホーム山口 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	14 10:00～13:00 はあとこども広場 はあと保育園新山口 14:00～15:30 弁護士相談 ハートホーム山口 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	15 10:00～13:00 はあとこども広場 はあと保育園中央	16 8:30～18:00 もの忘れ外来 あんの循環器内科 14:00～15:00 福祉用具について⑮ はあとカフェ新山口 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	17 8:30～12:30 もの忘れ外来 あんの循環器内科 9:00～12:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口 9:00～12:30 介護相談 ハートホーム南山口 10:00～10:40 サイエンスショー⑩ はあと保育園中央 10:00～11:00 お雛様を作ろう⑩ はあと保育園新山口 13:00～15:00 認知症サポート⑤ オレンジカフェ白石 13:00～15:00 Work Café ハートホーム新山口
18	19 10:00～11:00 福祉相談 ハートホーム山口 14:00～15:00 福祉相談 ハートホーム山口 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	20 14:00～16:00 健康麻雀 ハートホーム山口 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	21 10:00～13:00 はあとこども広場 はあと保育園新山口 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	22 10:00～13:00 はあとこども広場 はあと保育園中央 14:00～15:00 リハビリ健康体操 ハートホーム山口	23 天皇誕生日	24 8:30～12:30 もの忘れ外来 あんの循環器内科 9:00～12:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口 9:00～13:00 いちご狩り⑮ はあとカフェ宮野 10:00～11:00 なりすまし詐欺の被害にあわないために⑳ はあとカフェ山口 14:00～15:00 認知症予防について⑮ はあとカフェ大歳
25	26 10:00～11:00 子育て相談 はあと保育園新山口 14:00～15:00 子育て相談 はあと保育園新山口 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	27 14:00～16:00 健康麻雀 ハートホーム山口 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	28 10:00～13:00 はあとこども広場 はあと保育園新山口 14:00～17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	29 10:00～13:00 はあとこども広場 はあと保育園中央		

利用について
- 講座に参加を希望される方は、問い合わせ先までお申し込みください。
- 講座によっては、定員に達している場合がありますので、ご了承ください。
- 日・祝日は休館となっております。
- 諸事情により予定が変更になることがあります。

はあとキッズ作品展開催！
日時：2024年２月３日（土）11:00～17:00
２月４日（日）10:00～15:00
場所：小郡文化資料館 ２階ギャラリー
子どもたちが毎日の活動で制作した作品を展示します。
みんなの元気あふれる作品をぜひご覧ください。
はあとキッズｉ新山口　T083（976）2401

●お知らせ
月曜日の健康相談・福祉相談・子育て相談はリモートでの相談も受け付けています。詳しくはお問合せ下さい。

青藍会グループでは、地域の方々が気軽に集う場を提供し、地域の健康とコミュニティを支援しています。当法人の専門職や地域ボランティアが講師となり、健康教室・介護予防教室・介護支援教室・身になる講座・体験講習などの健康づくり講座を行っています。はあとカフェや保育園のOYA塾、もの忘れ外来の予定等と合わせて毎月健康づくり講座カレンダーを作成しております。是非お気軽にご参加ください。

問い合わせ先
青藍会在宅医療支援センター
0120（2）81056
担当：藤本

健康づくり講座カレンダー 2024年3月

講師募集中
健康づくり講座では、多くの方に利用していただくために、色々な講座を検討しています。
ご自分で講座を開設したいとお考えの方がいらっしゃいましたら、0120（2）81056 担当：藤本までご連絡ください。

《講座対象者》
- 高齢者
- 子ども
- どなたでも

例）右上の○の中の数字は定員↓
13:00〜15:00 認知症サポート⑤ オレンジカフェ白石

日	月	火	水	木	金	土
					1 8:30〜18:00 もの忘れ外来 あんの循環器内科 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	2 8:30〜12:30 もの忘れ外来 あんの循環器内科 9:00〜12:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口 13:00〜14:30 はつらつクラブ ハートクリニック南山口 10:00〜10:30 フラワーアレンジメント⑩ はあと保育園吉敷
3	4 10:00〜11:00 健康相談 ハートホーム山口 14:00〜15:00 健康相談 ハートホーム山口 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	5 14:00〜16:00 健康麻雀 ハートホーム山口 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	6 10:00〜13:00 はあとこども広場 はあと保育園新山口 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	7 10:00〜13:00 はあとこども広場 はあと保育園中央	8 8:30〜18:00 もの忘れ外来 あんの循環器内科 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	9 8:30〜12:30 もの忘れ外来 あんの循環器内科 8:30〜12:30 もの忘れ外来 川井医師 あんの循環器内科 9:00〜12:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口 10:00〜11:00 パイを焼こう⑩ はあと保育園新山口 10:00〜11:00 飛行機を作って遊ぼう⑩ はあと保育園中央 14:00〜15:00 足のトラブル対策⑮ はあとカフェ南山口
10	11 10:00〜11:00 福祉相談 ハートホーム山口 14:00〜15:00 福祉相談 ハートホーム山口 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口 14:30〜17:00 介護相談 ハートクリニック南山口	12 14:00〜16:00 健康麻雀 ハートホーム山口 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	13 10:00〜13:00 はあとこども広場 はあと保育園新山口 14:00〜15:30 弁護士相談 ハートホーム山口 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	14 10:00〜13:00 はあとこども広場 はあと保育園中央 14:00〜15:00 リハビリ健康体操 ハートホーム山口	15 8:30〜18:00 もの忘れ外来 あんの循環器内科 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	16 8:30〜12:30 もの忘れ外来 あんの循環器内科 9:00〜12:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口 13:00〜15:00 認知症サポート⑤ オレンジカフェ白石
17	18 10:00〜11:00 子育て相談 はあと保育園新山口 14:00〜15:00 子育て相談 はあと保育園新山口 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	19 14:00〜16:00 健康麻雀 ハートホーム山口 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	20 春分の日	21 10:00〜13:00 はあとこども広場 はあと保育園中央	22 8:30〜18:00 もの忘れ外来 あんの循環器内科 14:00〜15:00 春の自律神経失調症対策⑮ はあとカフェ大歳 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口 14:00〜15:00 ボランティア交流会⑮ はあとカフェ小郡 15:30〜16:30 交通マナーについて⑮ はあとカフェ宮野	23 8:30〜12:30 もの忘れ外来 あんの循環器内科 9:00〜12:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口 9:00〜12:30 介護相談 ハートホーム南山口 10:00〜11:00 体組成計で筋肉量を測ろう⑳ はあとカフェ山口
24	25 10:00〜11:00 健康相談 ハートホーム山口 14:00〜15:00 健康相談 ハートホーム山口 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	26 14:00〜16:00 健康麻雀 ハートホーム山口 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	27 10:00〜13:00 はあとこども広場 はあと保育園新山口 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	28 10:00〜13:00 はあとこども広場 はあと保育園中央 14:00〜15:00 リハビリ健康体操 ハートホーム山口	29 8:30〜18:00 もの忘れ外来 あんの循環器内科 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口	30 8:30〜18:00 もの忘れ外来 あんの循環器内科 14:00〜17:30 もの忘れ外来 ハートクリニック南山口
31						

【青藍会グループ　医師紹介】

あんの循環器内科

外来

理事長　阿武 義人
日本循環器学会専門医
日本内科学会認定内科医
日本医師会認定産業医
日本医師会認定健康スポーツ医
THP健康測定研修修了医
介護支援専門員
認知症サポート医
緩和ケア研修会受講修了

外来　訪問

院長　亀田 秀樹
日本脳神経外科学会専門医
日本認知症学会専門医・指導医、認知症サポート医
やまぐちPREMIUMオレンジドクター

外来　訪問

福谷 敏彦
日本外科学会認定医
麻酔科標榜医
麻酔科学会認定医・専門医

外来　訪問

藤谷 薫
日本外科学会認定医
日本医師会認定産業医
日本医師会認定スポーツ医

外来

名西 史夫
日本内科学会認定内科医
日本腎臓学会専門医
日本透析医学会専門医
日本医師会認定産業医

訪問

萬納寺 洋道
日本脳神経外科学会専門医
日本脳卒中学会認定脳卒中専門医

外来

宮川 一平
日本内科学会認定内科医
日本内科学会総合内科専門医
日本内科学会指導医
日本リウマチ学会専門医
日本リウマチ学会評議員

外来

川井 元晴
元山口大学医学部教授
日本認知症学会認定専門医
日本神経学会認定神経内科専門医

訪問

中村 幸生
日本眼科学会認定専門医

訪問

田代 葵子
眼科

訪問

井原 成男
整形外科

訪問

倉員 忠弘
日本整形外科学会専門医
日本整形外科学会認定リウマチ医
日本医師会認定産業医

訪問

原口 祐子
日本皮膚科学会専門医

訪問

猿渡 雄吉
耳鼻咽喉科

訪問

大宅 裕之
形成外科

訪問

川野 多加子
歯科

訪問

藤本 勝廣
歯科

ハートクリニック南山口

外来　訪問

院長　松村 孝司
日本脳神経外科学会専門医
介護支援専門員

外来　訪問

副院長　立石 裕樹
日本内科学会認定内科医
日本循環器学会循環器専門医
日本心血管インターベンション治療学会認定医
日本心臓リハビリテーション学会
心臓リハビリテーション指導士

外来　訪問

村田 和弘
日本リハビリテーション医学会指導医・専門医・臨床認定医
日本プライマリ・ケア連合学会指導医・家庭医療専門医
日本臨床栄養代謝学会認定医
日本摂食・嚥下リハビリテーション学会認定士
日本嚥下医学会嚥下相談医

外来

米澤 眞子
循環器

外来

小室 あゆみ
循環器

ハートクリニック新山口

外来　訪問

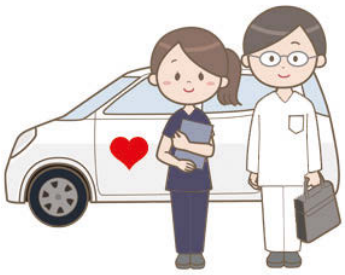
院長　向江 徳太郎
日本小児科学会小児科専門医
日本救急医学会救急科専門医

外来

友近 喜代子
小児・発達外来

外来

岡　桃子
日本小児科学会小児科専門医
日本小児神経学会小児神経専門医



【2024年２月　外来・訪問診療医師予定表】

			診療科	月	火	水	木	金	土
外来	あんの循環器内科	午前	循環器内科	阿武 義人	阿武 義人	阿武 義人		阿武 義人	山大医師
			脳神経外科（もの忘れ外来）		亀田 秀樹				亀田 秀樹
			内科	藤谷 薫	藤谷 薫	藤谷 薫	藤谷 薫	藤谷 薫	藤谷 薫
			総合内科	福谷 敏彦			名西 史夫		宮川 一平
		午後	循環器内科	阿武 義人	阿武 義人	阿武 義人		阿武 義人	
			脳神経外科（もの忘れ外来）					亀田 秀樹	
			内科	藤谷 薫	藤谷 薫	藤谷　薫		藤谷 薫	
	新山口	午前	小児科	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	
			発達相談外来	友近 喜代子		友近 喜代子		岡 桃子	
		午後	小児科	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	
			発達相談外来	友近 喜代子				岡 桃子	
	南山口	午前	脳神経外科（もの忘れ外来）	松村 孝司		松村 孝司	松村 孝司	松村 孝司	松村 孝司
			循環器・内科	米澤 眞子	立石 裕樹		立石 裕樹	小室 あゆみ	立石 裕樹
			リハビリテーション内科	村田 和弘	村田 和弘	村田 和弘		村田 和弘	村田 和弘
		午後	脳神経外科（もの忘れ外来）	松村 孝司	松村 孝司	松村 孝司		松村 孝司	
			循環器・内科	立石 裕樹	立石 裕樹			立石 裕樹	
			リハビリテーション内科	村田 和弘	村田 和弘	村田 和弘			
訪問	脳神経外科 総合内科			亀田 秀樹	亀田 秀樹	亀田 秀樹	亀田 秀樹	亀田 秀樹	
				福谷 敏彦	福谷 敏彦	福谷 敏彦	福谷 敏彦	福谷 敏彦	
				萬納寺 洋道		萬納寺 洋道		萬納寺 洋道	
					松村 孝司			松村 孝司	
				立石 裕樹		立石 裕樹		立石 裕樹	
					村田 和弘	村田 和弘		村田 和弘	村田 和弘
	眼科			中村 幸生	中村 幸生	中村 幸生	中村 幸生	田代 葵子	
	整形外科				倉員 忠弘	井原 成男		井原 成男	
	皮膚科			原口 祐子	原口 祐子	原口 祐子	原口 祐子		
	耳鼻咽喉科						猿渡 雄吉		
	形成外科			大宅 裕之					
	小児科			向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	向江 徳太郎	
	歯科			川野 多加子	川野 多加子	川野 多加子	川野 多加子	川野 多加子	
				藤本 勝廣	藤本 勝廣	藤本 勝廣	藤本 勝廣	藤本 勝廣	
	訪問薬剤指導			○	○	○	○	○	○
	訪問栄養指導			○	○	○	○	○	○
	訪問リハビリ			○	○	○	○	○	○

山口エリア

■あんの循環器内科　T083(924)1151　■ハートクリニック新山口　T083(976)2450　■ハートクリニック南山口　T083(988)3333
■おごおり薬局　T083(974)1660　■メディキッズ山口　T083(941)5311　■メディキッズ新山口　T083(976)2450
■青藍会在宅医療支援センター山口　訪問看護ステーション　T 083（933）6020
■青藍会在宅医療支援センター山口　定期巡回・随時対応型訪問介護看護　T 083（934）7600
■青藍会在宅医療支援センター新山口　訪問看護ステーション　T 083（976）2400
■青藍会在宅医療支援センター新山口　定期巡回・随時対応型訪問介護看護　T 083（976）2400
■青藍会在宅医療支援センター新山口　看護小規模多機能型居宅介護　T 083（976）2400
■青藍会在宅医療支援センター南山口　訪問看護ステーション　T 083（988）3300
■青藍会在宅医療支援センター南山口　看護小規模多機能型居宅介護　T 083（988）3300

東京エリア

■青藍会在宅医療支援センターハートハウス成城　定期巡回・随時対応型訪問介護看護　T 03（3416）4160

理念：私たちは、医療・保健・福祉の分野で、地域の方々の生活を生涯にわたって支えることに最善を尽くし、そして、そこで働いていることに誇りを持ちます。

※コンプライアンス部：この広報誌の写真は、ご本人に承諾を得た上で掲載しております。翻訳・引用・要約・開示・配布・書籍等への転載等を禁止します。

青藍会グループ広報誌　発行人／阿武義人　編集／広報課
2024年2月1日発行　第294号
〒753-0813 山口市吉敷中東1-1-1
T083(933)6000(代表)
印刷製本／株式会社マルニ