

# いずみの

Medical & Communication PRESS

2023年秋号

ご自由に  
お持ち帰り  
ください

おはなしをお聞きしました  
NPO法人 佐川くろがねの会  
理事・ガイド部会リーダー  
**森口 公二さん**

医療特集

ご存じですか？DMATのこと  
ノーリフティングケア始めませんか？  
アメニティセットレンタル開始

医療法人防治会

**きんろう病院**

地域一斉清掃への参加

**梅ノ辻クリニック**

外来リハビリスタート

**あったかケアみずき**

リハビリ入所始めました

いずみの病院のご案内

外来のご案内

診療時間 午前 9:00~12:30 受付時間 8:00~11:30 休診 日曜・祝日・年末年始  
午後 13:30~17:00 受付時間 12:30~16:30 ただし、急患は診療いたします

休診・変更になる場合があります。来院前にお電話または当院ホームページ (<http://www.izumino.or.jp>) でご確認ください

2023年9月現在

外来表

	月 曜		火 曜		水 曜		木 曜		金 曜		土 曜	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後
* 総合内科	吉井 川村	源田	川村 夕部 西岡	吉井 夕部 予約のみ	小川 西岡	小川 吉井	吉井 夕部 西岡	川村 小川	吉井 西岡	川村 夕部	輪番	佐藤
消化器内科		田所	田所	予約のみ	坪井 廣瀬	田所 予約のみ		田所 <sup>1,2,4,5</sup> 4,5週	坪井		田所	
神経内科	信國	藤澤	信國	藤澤	藤澤	藤澤 もの忘れ 新患予約のみ	藤澤	信國		信國		
循環器内科	弘瀬	西村 <sup>①</sup>	福田	(手術)	福田	森木 <sup>①</sup> 弘瀬 下肢静脈瘤・ 足の血流外来	福田	弘瀬	津端 <sup>2週</sup> 弘瀬 予約のみ	(手術) <sup>2週</sup>		佐藤
脳神経外科	清家 帆足	清家 楠木 もの忘れ 外来	楠木 帆足	帆足 清家 2週 通病診療	清家 楠木	(手術)	清家 楠木	清家 帆足 ③ 9:30~	高知大学 派遣医師 (手術)	(手術)	1週 帆足 2週 清家 3週 楠木 4週 輪番 5週 輪番	
外科	長田	(手術)	船越	船越	長田	(手術) 並川 <sup>②</sup> ~18:00	船越	船越	長田	(手術) 並川 <sup>②</sup> ~16:00	2週 船越 4週 長田 1,3,5週 休診	
整形外科	(手術)	武井 森田	森田 蛟島	武井 蛟島 <sup>15時</sup>	(手術)	武井 森田	(手術)	田所 <sup>④</sup>	武井 川上	森田 川上	園	
泌尿器科	近澤	近澤	(手術)	近澤	高知派遣 医師 輪番		近澤	近澤	近澤		1,3,5週 近澤 2,4週 辛島	

① 他院からの派遣のため、診療開始時刻が遅れる場合があります。② 手術のため休診となる場合があります。来院前にお問い合わせください。  
③ 9時半開始ですが、他院からの派遣のため開始時刻が遅れる場合があります。なお、上羽教授は10時開始となります。

\* 院内標榜診療科

専門外来

	担当医	診療日	担当医	診療日
糖尿 病 緩和 ケア	西岡 夕部	内科 診療日随時 心相談【要予約】	信國 長田	神経内科 木曜午後 両医師診療日随時
パーキンソン 病 もの 忘れ	船越 清家 楠木 藤澤	外科 火・木曜【要予約】 木曜午後【要予約】 月曜午後【要予約】 水曜午後【要予約】	船越 長田	外科 診療日随時
			船越 弘瀬	外科 診療日随時 水曜午後【要予約】

2023年9月現在 いずみの病院常勤医師一覧

診療科	医師名	職名	認定医・専門医他
* 総合内科	夕部 富三	院長	認定産業医・身体障害者指定医・高知大学医学部臨床教授
	吉井 和也	副院長	身体障害者指定医・日本臨床栄養代謝学会TNT認定医・高知大学医学部臨床教授
	川村 一子	内科部長	認定産業医・日本内科学会総合内科専門医・日本消化器内視鏡学会専門医・プライマリケア認定医・身体障害者指定医
	有澤 豊武	健康管理センター所長	医学博士・身体障害者指定医・日本人間ドック学会認定医
	西岡真理子		日本内科学会総合内科専門医・日本糖尿病学会
消化器内科	小川 貴司		プライマリケア認定医・日本DMAT ICD・身体障害者指定医・認定産業医・日本感染症学会インフェクションコントロールドクター
	簡井 章夫		認定産業医・身体障害者指定医・高知大学医学部臨床教授
神経内科	田所 剛久		日本内科学会総合内科専門医・日本消化器病学会専門医・日本消化器内視鏡学会専門医・日本肝臓学会専門医・身体障害者指定医
	坪井麻記子		日本神経学会専門医/指導医・日本内科学会認定医・日本感染症学会インフェクションコントロールドクター・身体障害者指定医
循環器内科	信國 圭吾	神経内科部長・診療部長	医学博士・身体障害者指定医
	藤澤 豊		医学博士・身体障害者指定医
放射線科	弘瀬 伸行	循環器内科部長	日本外科学会専門医・心臓血管外科専門医/修練指導医・胸部腹部ステントグラフト治療指導医・下肢静脈瘤血管内焼灼術実施医・身体障害者指定医
	西本 均	放射線科部長	日本医学放射線学会放射線科専門医・日本医学放射線学会放射線診断専門医・医学博士
脳神経外科	清家 真人	副院長・脳神経センター長	日本脳神経外科学会専門医・機能的定位脳手術技術認定医・高知大学医学部臨床教授・京都府立大臨床教授・身体障害者指定医・医学博士
	楠木 司	医療法人防治会理事長	日本脳神経外科学会専門医・機能的定位脳手術技術認定医・身体障害者指定医・医学博士・京都府立大客員講師
外科	帆足 裕	脳神経外科部長	日本脳神経外科学会専門医・日本脳卒中学会認定脳卒中認定医・機能的定位脳手術技術認定医
	長田 裕典	副院長・外科部長	日本外科学会専門医/指導医・日本消化器外科学会専門医/指導医・日本内視鏡外科学会技術認定指導医・日本消化器がん検診学会認定医/指導医・日本乳癌学会認定医・日本乳がん検診精度管理中央機構検診マンモグラフィ読影認定医・身体障害者指定医・医学博士
	船越 拓		日本外科学会専門医・日本乳癌学会認定医・日本乳がん検診精度管理中央機構検診マンモグラフィ読影認定医・身体障害者指定医
整形外科	武井 良憲	整形外科部長	日本整形外科学会専門医/スポーツ医/運動器リハビリテーション医・義肢装具等適合判定医・身体障害者指定医・医学博士
	森田 真也		日本整形外科学会専門医・身体障害者指定医
泌尿器科	近澤 成和	泌尿器科部長・透析部長	日本泌尿器学会専門医・身体障害者指定医・医学博士・日本環境感染症学会インフェクションコントロールドクター
	馬宮 姫京	麻酔科部長	日本麻酔科学会麻酔科指導医/専門医・医学博士
健康管理センター	高田 征尚	健康管理センター 名譽所長	日本外科学会認定医

いずみの

【2023年秋号】 発行日:2023年 9月 発行人:楠木司  
発行:いずみの病院 〒781-0011 高知市鶴野北町2-10-53 tel 088-826-5511 fax 088-826-5510  
[URL] <http://www.izumino.or.jp> [e-mail] [koho@izumino.or.jp](mailto:koho@izumino.or.jp)  
制作・編集:医療法人防治会 企画広報室 印刷:ニード印刷株式会社



NPO 法人 佐川くろがねの会  
理事・ガイド部会リーダー

## 森口 公二さんに おはなしをお聞きました

特 人  
集 物

# 第二の人生 らんまんに

高知市の西に位置する歴史と文化のまち佐川町。植物分類学者、牧野富太郎博士の生まれ故郷としても知られ、現在放送中のNHK連続テレビ小説『らんまん』により注目度が高まっています。そんなまちの魅力をお伝えするのがボランティアガイドの森口さん。退職後、新たな人生をスタートさせた森口さんにおはなしをお聞きしました。

いずみの

Medical & Communication PRESS

2023年秋号

1 おはなしをお聞きました  
NPO 法人 佐川くろがねの会  
理事・ガイド部会リーダー  
森口 公二 さん

医療特集

6 ご存じですか?DMATのこと  
8 ノーリフティングケア始めませんか?  
9 アメニティセットレンタル開始  
10 教えて!専門家

医療法人防治会

12 きんろう病院 地域一斉清掃への参加  
13 梅ノ辻クリニック 外来リハビリスタート  
14 あったかケアみずき リハビリ入所始めました

15 高知市秦地域包括支援センター 認知症サポーター養成講座

16 旬の食材「にんじん」

18 プレイクしましょ

19 トビックス

20 アクセスのご案内

たまに英語力をあげたくります。  
これまで何回そう思ったことか。  
その度に日本語でさえあまり話さ  
ない性格が壁になるのですが。



表紙 画&文 奥田剛

# 第二の人生の幕開け

65歳までサラリーマンの務めを果たしたものの、退職後の人生設計が見えず、立ち止まり考えます。

働き盛りの若い頃は「休みが欲しい」「のんびりしたい」って思うでしょ。けれど、いざ退職して自由が手に入ると、不安の方が大きくなるんです。あんなに欲しかった自分の時間があり過ぎると今度は不安ですね。

中学の時に父親の転勤で佐川町に来て50年以上になるんですが、職場が高知市だったので、佐川町に住んでいながら日中は佐川にいなかったんです。そうなるも佐川町の人とお付き合い自体なみに等しい。佐川のことも知っているようで知らないわけです。退職後は一日中家に居て、日常の会話ができるのは家内だけっていうのもちょっと寂しいじゃないですか。サラリーマン時代は社員にしろ、お客さんにしろ、ある程度必要とされていて、日々誰かしらと関わりがあったのに、退職と同時にそれもなくなる。会社の冠が取れてしまったら、私もただのいちおじさんということなんです。このままではよくないなって思っていました。

退職後の自分に不安を感じていた頃、偶然目にした佐川町の広報誌。そこに載っていたのが歴史勉強会の案内でした。森口さんは佐川のことを学べるいい機会だと勉強会に参加します。

退職した当時は特にすることもなく暇でしたから、軽い気持ちで参加したんです。勉強会は地元のNPO

法人佐川くろがねの会が主催していて、上町の中心にある※名教館（めいこうかん）で行われました。くろがねの会の理事長から佐川町の歴史や多くの偉人達の功績についてお話を伺いました。その後まちへ繰り出し、佐川を象徴する酒蔵ロードの案内をしてもらったんですが、夢中で聞き入っているうちに「ガイドをやらんかよ」と声をかけられ、いつの間にもやらガイドを引き受けることになりました。けれど後でよくよく考えると、勉強会という名のガイドの養成講座だったんでしょうね（笑）。

ガイドのほとんどが森口さんと同年代もしくは先輩方で構成された『NPO法人佐川くろがねの会』。観光客の方々へのおもてなしのため、努力を惜しまない姿に刺激を受けます。

ガイドの見習い中は、実際ガイドをされている現場に同行し、一番後ろにあたってはマニュアルがあるので、それを基本にお話しするのですが、年齢も年齢なので若い時のように覚えられなくてね。この建物がいつ建てられたか、どのような使われ方をしたのか。蔵や重要文化財、有形文化財などいろいろとあるわけです。それがなかなか覚えられない。けれど同年代のガイドの方たちはちゃんとこなしている。すごいことですよ。最近では外国から来られる観光客の方たちのためにみなさん英会話教室で英語の勉強もされています。また佐川地場産センターにある歴史建造物の模型の数々は、ガイドのお一人が自費でコツコツと制作し、忠実に再現しているんです。ちゃんとふすまも扉も動きまします。みなさん食い入るように見て行かれます。そういった先輩方や同年代のみなさんの前向きな姿を間近で見ていると、私もがんばらないと、と刺激を受けますね。



古き良きまち並みのあちらこちらにある小旗。趣を添えます。



健康のため60歳から始めた30分のジョギングは毎朝欠かさず続けているそう。まち歩きガイドに必要な体力も十分です！



佐川地場産センターに展示されている『名教館』の模型。  
※名教館 県指定文化財。安永元年(1772)佐川領主、深尾氏が家塾として創設。

# ガイドの引き出し

第二の人生の見通しができ、意気込む森口さん。ガイドとして一人立ちができたものの、興味を持ってもらえるよう話をするのは至難の業。場数を踏み、反応を見ながら臨機応変に対応します。

以前に、県外から15人ぐらい社員旅行で来られてガイドをしたことがあったんです。ガイドをする時はまず、佐川地場産センターでモニターを見てもらいながら説明するんですが、バスに揺られて来たせいか、みなさん疲れているんです。あくびをし

たり、居眠りしたり、よそ見したりしてね、話を聞いてくれないんですよ。そこでちょっと横道逸れて佐川の偉人、水野龍（みずのりょう）の話をしたんです。「水野龍は明治に3000人ほどのブラジル移民を募った人です。ブラジルでコーヒーを栽培して、そのコーヒーを日本へ送り、東京の銀座カフェーパウリスタをオープンした人。そのカフェーパウリスタには大正時代に三田文学のメンバーや芥川龍之介（あくたがわりゆうのすけ）、吉井勇（よししいさむ）、獅子文六（しぶんろく）などそうそうたる文化

人が来られていたそうです。昭和に入ってからオノ・ヨーコが日本滞在中で毎日コーヒーを飲んでいた」という話をさせていただきました。「今も銀座で営業していて、今から皆さんをご案内する旧浜口邸でも同じコーヒーをいただきます」と紹介したところ、旧浜口邸へ着いた途端、全員の方がコーヒーを頼まれたんです。まさか15人全員がコーヒーを頼むと思っていなかったのが驚きました。しかし、実際コーヒーを頼んだら順番に淹れないといけないでしょ。結構時間がかかるんです。案内する時間も限られていますので心配しましたが、ツアー客の社長さんが「バスを待たせておけ」と言うもんで、その時



歴史のまちならではの雰囲気のあるマップ。

はゆっくりコーヒーを楽しんでいたかったです。マニュアルにはない内容でしたが、結果オーライでした。みなさんが喜んでくれて、ちゃんと話を聞いてくれたことが嬉しかったですね。やはり偉人に関するエピソードや裏話などを交えるとみなさん興味を持つてくれるような気がします。

# 嬉しい誤算で大忙し

今年4月から始まったNHK連続テレビ小説『らんまん』の影響で、佐川町に注目が集まり、森口さんも大忙しです。

『らんまん』の放送が始まる前は月に1、2回だったガイドの仕事が、『らんまん』が始まって、週に2、3回ほど入るようになりました。週4日はパートで地元の企業のお手伝いをしていきますので、それ以外の曜日でガイドを受けるようにしています。基本的に依頼があればお断りはしません。だからスケジュール帳はびっしりです。休みはほぼない状態。けれど全然苦じゃないですよ。むしろありがたい。がんばってやらないと！って気持ちになりますね。

森口さんにはもう一つ、バンドリーダーという顔があります。地元ではちょっとした有名なガイドにパート、どんなに忙しくとも仲間と夢中になれるバンド練習は欠かせません。

学生の頃から趣味として続けていたこともあって、2つのバンドに所属しました。私の担当はギター、そしてバンドリーダーです。どちらのバンドも2週間に1回のペースでみんな練習しています。演奏を披露する場合は地元のお祭りやイベント、そして文化祭。年に一度、秋に佐川町の桜座というところで行われる文化祭は立派なステージで発表できるので、みんな力が入ります。その日のために一生懸命練習です。



牧野富太郎ふるさと館。牧野富太郎の生家を改修し、3分の1に縮小された建物。富太郎を始め多くの偉人の歴史を知ることができます。NPO法人くろがねの会の拠点ともなっている場所。

# 佐川の過去と未来を繋ぐ

佐川町はまちを上げて地域について学ぶ機会を設けています。今やガイドのリーダーを務める森口さんは、佐川にとってもなくてはならない存在。佐川を盛り上げる担い手です。

名教館で行われる歴史の研修会があれば話をします。かつて私が歴史の話聞いたように、ガイド養成講座でお話をさせてもらいますし、佐

川町を飛び出し、お話をさせていたこともありません。夏休みには、恒例となりました新任の先生に向けたまち歩きを、今年も行いました。佐川町に新しく来た学校の先生は佐川のことを知らないじゃないですか。だから少しでも佐川町のことを知っていただくため、教育委員会が研修会を企画しているんです。歴史の勉強だけでなく、植物の話はま



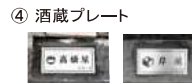
① 旧浜口邸  
旧浜口邸の先には青源寺、青山文庫、牧野公園が、『らんまん』で出てきた場所もあちこちで見られます。



② 名教館 (めいこうかん)



③ マンホールの蓋  
佐川を象徴する花でまち歩きを彩ります。



④ 酒蔵プレート

かつてあった酒蔵の場所には当時の名称プレートが、歩きながら酒蔵探しも楽しめます。

バンド活動はザ・ベンチャーズやザ・ビートルズの影響で始めました。若い頃は高価で気に入ったギターはなかなか買えませんでした。今やっとなかなか好きなギターで演奏できるようになったこともあって、余計熱が入ります。退職後も地域の仲間と同じ時間を共有し、楽しみが持てるのはうれしいことです。

た別の団体が研修会や案内を行います。昨年は中学生への『私たちの誇り 牧野博士』を講義。後日、どうすればまちが活性化するか、生徒が発表する場が設けられたんです。「佐川のいろいろなところを回るのに花のスタンプラリーをしたらいい」とか、「佐川にある地質館に多くの方に足を運んでもらうためにはどうすればいいか」など発表をするんです。たまたま私も発表の場を呼んでいただいたんですけど、子どもたちの発想と熱意に驚かされました。

佐川町の未来に希望を感じる森口さん。これは佐川の歴史や偉人から受け継がれたものと、過去へ敬意を払います。そして、ガイドとして佐川町の歴史を伝える使命をいただけたことに感謝を忘れません。

『らんまん』というドラマを見て佐川のまちを知ったという方が多いかもしれません。けれど今の濱田教育長の言葉をお借りするとすれば、「らんまんもすごいけれど、佐川というまちがすごいんだ」ということ。「なるほどな」と思いました。佐川から牧野富太郎をはじめとする多くの偉人が生まれ育まれ、そして世に出ています。そのすごいまち佐川の魅力をアピールできる仕事に携わっている



トレードマークのピンクのポロシャツ。背中には『くろがね』の文字。

ガイドの一節

牧野富太郎は植物分類学者です。博士の大きな功績の1つは植物の命名です。日本に6000種の植物が自生している中で、新種、学名変更など1,500種以上を命名しています。ですから日本の植物の4分の1は富太郎博士が名付け親ということになります。

のは、本当にありがたいことです。少しでも多くの方に佐川町の魅力を知っていただけたらという思いで日々ガイドをしています。そしてこのように充実した活動ができるのも妻の理解があつてこそ。感謝ですね。

「佐川のことをよく知らない。地域との交流がない」と嘆いていたかつての森口さんはもうどこにもいません。佐川町を盛り上げるため、ガイドにバンドに大忙しです。退職後、新たな一歩を踏み出し、第二の人生を花開かせる森口さんの姿は、多くの方の道しるべになっています。

ご存じですか

# DMAT

のよう。

院内連携職員サポート部  
横山 園絵



## DMATって何？



近年は異常気象もあいまって想定を越える災害が多数発生しています。地震などの自然災害に限らず、列車や航空機事故など多数の傷病者が出た場合、現場での医療支援は必須となります。

1995年1月に起こった当時戦後

最大の自然災害と言われた阪神・淡路大震災は、初期医療体制の遅れがなければ、500人の命は救えたのではないかと言われました。その教訓を生かし、災害医療について見直され『一人でも多くの命を助けよう』と厚生労働省により、2005年4月に発足したのが災害派遣医療チーム（DMAT）です。本県の災害派遣医療チームを高知DMATと呼びます。

DMATとは災害急性期（おおむね48時間）に活動できるようトレーニングを受け、機動性を持った医療チームのこと。災害派遣医療チーム（Disaster Medical Assistance Team）の頭文字を略して『DMAT（ディー・マット）』と呼ばれています。

高知県では現在、高知DMATとして20の病院がDMAT指定医療機関となっています。いずみの病院もその一つ。2017年に災害時に要請があれば出動する協定を高知県と結びました。



## DMATは誰でもできるの？

救命救急センターまたは災害拠点病院などに勤務し、病院より推薦を受けた医師、看護師、業務調整員が対象です。実技研修を含む4日間の日本DMAT隊員養成研修を受けたのち、筆記・実技試験に合格しなければなりません。合格後、厚生労働省からDMAT隊員証が交付され初めてDMAT登録者となります。DMATは医師1名、看護師2名、業務調整員1名の4名が一つのチームとなり活動します。5年ごとの更新制ですので、継続して活動するにはDMAT技能維持研修の受講が必要です。

現在、当院では医師2名、看護師1名、業務調整員1名の日本DMAT隊員がいます。また日本DMATに準ずる高知DMATとして医師、看護師、業務調整員が登録されています。さらに今年6月には看護師を含む職員3名が高知DMATとしての活動が可能となりました。また7月にはロジスティクス研修が行われ、職員2名が参加。業務調整員として必要な連絡、調整、情報収集について習得し、病院での災害対策におけるサポート体制の裾野は広がっています。

2018年に当院で行われた 内閣府主催 『平成30年度大規模地震時医療活動訓練』のようす



### 本部

情報の集約も大切な業務。業務調整員は通信環境を確保して広域災害救急医療情報システム（EMIS・イミス）に入力。

最大クラスの南海トラフ巨大地震発生を想定し、救護病院の一つとして参加した大規模訓練。DMATのメンバーを中心に職員の間々が訓練に参加。DMATは全体を把握し、的確に動きます。宮城県と愛知県から災害コーディネーターに来院いただき、アドバイスを受けながら被災状況の集約、傷病者の受け入れ、トリアージを行います。また、県外DMATの受け入れや災害拠点病院（高知赤十字病院）への傷病者搬送など本番さながらに訓練を行いました。



### トリアージ

トリアージタグを使って黒・赤・黄・緑の色で治療の優先度を決める。

## どんな活動があるの？

### 日本DMAT看護師 石川 理絵氏

災害医療に興味を持ち、DMATの隊員になりました。看護師を目指しました。念願かなって今年の3月に日本DMATの隊員に！実践はまだですが、いつでも対応できるように研修を重ねていきたいです！！



DMATは被災地への派遣要請があれば、地域の枠を越えて出動します。被災地の病院支援や応急処置、災害現場でのトリアージ、また消防や警察と連携し、病院への搬送を行います。通信インフラが破壊された場合は、通信環境を確保して広域災害救急医療情報システム（EMIS・イミス）への情報入力や情報収集に努めます。傷病者が多数発生した場合、トリアージは時間の経過とともに

に段階を追って何度も行います。時間との闘いの中『一人でも多くの命を助けよう』というのがDMATの使用です。

南海トラフ大地震の影響が大きいとされる高知県。当院も病院をあげて積極的に災害訓練を行い、地域住民を守るため、受け入れ体制を整えます。災害急性期に備えた環境や備品の整備、人材の育成に今後力を入れてまいります。

ご存じですか？DMATのこと。

### ※1 災害拠点病院

災害時における初期救急医療体制の充実を図るための医療機関。

### ※2 業務調整員

病院に勤める医師・看護師以外の医療職および事務職員。

### ※3 ロジスティクス

医療活動に関わる通信、移動手段、医薬品、生活手段等を確保すること。業務調整員の担当業務。

当院では患者さんの入院生活に必要な日用品や寝巻き、タオル類やオムツなど、専門業者に直接レンタルできるシステムを今年の6月に導入しました。寝巻きやタオル類は高熱殺菌クリーニングが施されるため、清潔で快適な入院生活を送っていただけます。急な入院などで入院生活に必要な日用品の準備ができなかった場合でも、セットでレンタルすることができるため、患者さんやご家族の精神的負担の軽減にも繋がります。さらに、入院が長期になりご家族が日用品の補充に來れない場合でも、ご利用のレンタルセットに応じて病院サイドで補充を行いますので、安心して入院生活を送ることができま

# 入院患者さんのアメニティセットレンタル開始



## お申し込み

必要なセットを患者さんが直接レンタル業者にお申し込みいただくことで、入院生活で必要な日用品などの利用が可能になります。



## Rental

### 基本セット

- 【Aタイプ】寝巻き・タオル類
- 【Bタイプ】タオル類



寝巻きやタオル類は高熱殺菌のクリーニングで清潔です。

- オムツ①(少なめ)
- オムツ②(普通)
- オムツ③(多め)



### 「日用品」

歯ブラシセット・コップ・ティッシュ・ウェットティッシュ・ヘアブラシ・イヤホンなど・・・



**Aタイプ**  
寝巻き・タオル・日用品  
② 普通

ベッドネームにレンタルセットの内容をひと目でわかるように色付きで表示しています。

入院生活がより快適になるよう私たちもサポートします。



院内にアメニティレンタル業者が必ず1名常駐し、日々の在庫管理や入院セットの説明などを行っています。



### スタッフ対応日時

月～金 (9:00～13:00)  
祝日も対応しています



新しい歯ブラシを持ってきてもらいたいんだが！

仕事が忙しくて、すぐに持ってきてくれないな！

困ったなあ～



レンタル業者におまかせいただければ、こんな時も安心です♪

日々の介護による腰痛でお悩みの方は多いのではないのでしょうか。入浴や車いすへの移乗、寝ている体位の変換など、前かがみや中腰、無理な姿勢を続けることで腰に負担がかり、腰痛を引き起こします。医療現場や介護現場も同じで、腰痛を訴える職員は少なくありません。そこで始まったのが『ノーリフティングケア』です。腰痛による離職者を減らすとともに、介護を受ける側の負担も軽減できないかと始まった取り組みです。高齢化が進む高知県も全国に先駆け、ノーリフティングケアを推進。当院でも人力による負担を減らすため、福祉機器や福祉用具を活用し、介護する側される側、双方が安全安心なケアの取り組みに力を入れていきます。定期的に研修を行い、全職員向けの腰痛に関するアンケート調査、また腰痛体操を継続して行っています。

## ノーリフティングケア



### 1 当院の取り組み

## 福祉機器や福祉用具の積極的活用

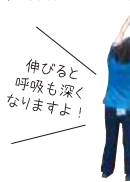
当院では介護者の腰への負担軽減と介護される側の安全のため、さまざまな福祉機器や福祉用具を活用しています。より多くの職員が使いこなせるよう定期的に研修を行います。

<h3>スライディンググローブ</h3> <p>ナイロン製のグローブ。滑りやすく介護者が着用すると、体位の変換がスムーズに。</p>	<h3>スライディングシート</h3> <p>滑りやすいナイロン生地製のシート。体位変換に用います。</p>	<h3>フレックスボード</h3> <p>体位の変換に使用。ボードにシートを被せ、使用する効果的。</p>	<h3>スライディングボード</h3> <p>プラスチック製の滑りやすいボード。ベッドから車いすへの移乗に便利。</p>	<h3>リフト</h3> <p>吊りあげて移乗する大型の機械。病院では研修を行い使用方法を習得します。</p>
--	--	---	--	---

### 2 当院の取り組み

## 腰痛体操・ストレッチの実施

当院のリハビリ職員は毎朝、腰痛体操(ストレッチ)を行っています。筋肉の曲げの伸ばしや関節をほぐすことにより、腰痛になりにくい身体をつくります。上体を前後左右に伸ばし、腰や体側のストレッチを行います。



伸びると呼吸も深くなりますよ！



短い時間でも毎日継続的に行うストレッチは効果的！ストレッチについて詳しくはリハビリ部にお問い合わせください。



# ノーリフティングケア始めませんか？



# 医療機器

臨床工学部 田中 敬弘



心電図を調べています！



**AED**

今では大型商業施設やスーパーなど、みなさんがよく行く場所にAEDが置かれています。

型式はさまざまですが基本的な操作方法はほぼ同じで、カバーを開けると自動で電源が入ります。次に音声ガイダンスの指示通りに2枚のパッドを貼り付けます（機械に絵や写真があるのでそれを参考にしてください）。その後、さらに音声の流れれた後、自動解析が行われ、電気を流す指示が出ますのでボタンを押します。このときに周囲にいる人たちに声をかけ、離れてもらうようにしてください。その後の対応も音声指示に従って行うようにしてください。

迅速な対応が命を救う手助けになります。聞くだけや見るだけでは急な対応は難しいです。ぜひ救命講習会を受講してみてくださいいかがでしょうか？



# スペシャリスト 専門家

病院には医師をはじめ、さまざまな医療職の専門家がいます。それぞれの分野から、知ってそうで知らない、実はそうなんだ、といった暮らしに役立つ情報をご紹介します。

## 1日あと70gの野菜をプラス

# 栄養

養のはなし  
栄養管理部 中山 紀子

健康のために野菜は大切。野菜にはいろいろな栄養素が含まれており、さまざまな栄養素が相互に作用し合って体内で大切な働きをしています。

- ・食へ過ぎを防ぐ
- ・腸内環境の改善
- ・抗酸化作用
- ・脂質改善
- ・血圧上昇の抑制

健康維持に必要な1日の野菜摂取量は350g以上です。350gと聞くと多いと思われる方もいらっしゃると思いますが、決して無理な量ではありません。現在、日本人は1日約280g野菜をとっていると言われており、目標より70g不足しています。厚生労働省が行っているプロジェクト「スマート・ライフ・プロジェクト」では、「1日あと70gの野菜をプラス」を目標に掲げています。健康のためプラス1皿を意識するのはいかがでしょうか。

1日野菜摂取量目標 350g



1日あと 70g



## アメニティセットについて

# 看護

護のはなし  
看護師 吉川 よしか

6月より入院時に必要な寝巻きやオムツ、日用品（コップや歯ブラシ、ティッシュ、ヘアブラシなど）を、レンタルできるようになりました。思いがけない入院や、入院時にご家族に身のまわりの日用品を準備してもらうことが難しい場合でも、安心して入院することができます。また、これまでは「歯磨き粉がなくなった」「オムツが足りない」「シャンプーが…」などと家族に連絡し、その都度届けてもらっていました。アメニティレンタルでご注文いただく必要なのが病室に補充されません。すぐに利用していただけるので、本人やご家族の負担軽減になるのではないかと期待しています。

アメニティセットのレンタルについては入院時に説明をさせていただきますが、ご興味のある方はお気軽にお問い合わせください。



アメニティセットがレンタルできます



## X線検査の時に衣類を脱ぐのはなぜ？

# 検査

放射線部 横田 寿賀子

プリントシャツやボタン付きは NG



検査着の着替えにご協力をお願いします



体には骨や臓器、血管、空気などさまざまな構造物がありますが、それぞれX線の透過率が異なります。X線撮影はこの透過率の違いを利用して画像にします。骨はX線が透過しにくいので白く写り、肺など空気を多く含む臓器は黒く写ります。したがって、衣類にボタンや金属類などがあると画像上で病変と重なり、正確な診断の妨げとなってしまうのです。

近年では画質が向上し、衣類に使用されているプリントや、衣類のしわなども鮮明に写し出されてしまうことがあります。そのため、更衣が必要と判断させていただいた場合には検査着を用意しておりますので、検査着の着替えにご協力をお願いいたします。

## 健康寿命を延ばそう

# リハビリ

リハビリテーション部 大泉 秀二



健康寿命を延ばそう



健康寿命を延ばすためには、運動と休息が欠かせません。運動は、心肺機能や筋力を向上させ、骨密度を保つことに繋がります。ウォーキングやチアエクササイズ（椅子に腰掛けて行う体操）など、無理のない運動を取り入れましょう。さらに、バランストレーニングも重要で、転倒予防に効果的です。休息も同様に大切。十分な睡眠とリラックスタイムを確保し、ストレスを軽減して免疫機能を向上させましょう。

いつまでも健康で元気な日常を送れるように、定期的な運動と適切な休憩を心掛けていきましょう。当院でも、専門のスタッフがお手伝いいたしますので、お気軽にご相談ください。

# 地域一斉清掃への参加

当院では、地域のみなさんに親しまれる病院づくりを目指して取り組み、そこから生まれる交流や連携を大切にしています。

具体的な事例の一つとして、地域の一斉清掃があります。年に一度、例年5月の地域一斉清掃のタイミングに合わせて、今年は当院と法人本部より、合計7名が参加しました。

地域の方々が集まる場に定期的に足を運ぶことは、顔の見える関係性の構築になります。且つ、ともに地域の美化活動へ貢献することで、何気ない日常はもちろん、防災連携の観点からも、地域の病院であるという職員の実感と地域の方との共有になると考えております。

「おはよう」「この道広がるらしいね」「桃の木の剪定、ありがたう」など、世間話をしながら仲良く掃除をすることで、気持ちのよい近所付き合いができています。地域のみなさん、いつもありがとうございます。これからもよろしくお願いたします。

総務課 丸山 良太



土に植わった木の根元は雑草でいっぱい。



地域の景観を損なわないよう病院の職員も草引きに精を出します。



薊野北町の一斉清掃。地元の方々は地域の活動に熱心で、大勢の方が参加されます。



# 外来リハビリ

## スタート

2023年4月より梅ノ辻クリニック（整形外科医の内田医師が赴任され、同時に外来リハビリを開設しました。医師の処方のもと、理学療法士2名体制で診療時間にてリハビリテーション、物理療法を行っています。予約制ですが、初来院時に患者さんご都合に合わせて通院頻度、リハビリ内容の確認を行い、予定を決定します。開設当初は慣れない環境から混乱や不備もあり、患者さんへ迷惑をおかけしたこともありました。しかし、数ヶ月の経過とともに少しずつ軌道に乗り、現在は整形疾患を中心とした約50名の患者さんが通院されています。

当クリニックでは退院後のリハビリについてお困りの方、外来でのリハビリを希望される方などのご相談も受け付けております。今後も潮江地区の医療、福祉に貢献していきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願いたします。

理学療法士 神原 尚平



光の差し込むリハビリ室。医師の処方のもと、患者さんに合わせたリハビリテーションを行います。



### 外来リハビリ営業時間

	月	火	水	木	金	土
午前	9:00 ┆ 12:30	9:00 ┆ 12:30	—	9:00 ┆ 12:30	9:00 ┆ 12:30	9:00 ┆ 12:30
午後	13:30 ┆ 17:00	13:30 ┆ 17:00	—	14:00 ┆ 17:00	13:30 ┆ 17:00	—

## 梅ノ辻クリニック

〒780-8011 高知市梅ノ辻8-7  
TEL 088-833-4580  
URL <http://www.umenotsuji-cl.jp>

土曜も  
16時まで  
診療しています

診療科目 脳神経外科・内科・整形外科  
専門外来 頭痛・禁煙・もの忘れ・オンライン診療(頭痛)  
介護保険事業 訪問リハビリ・デイサービス・指定居宅介護支援  
休診日 水曜午後・日曜・祝日・年末年始



## きんろう病院

〒781-0011 高知市薊野北町3-2-28  
TEL 088-845-8711  
URL <http://www.kinrou-cl.jp>

診療科目 内科・呼吸器内科・老年内科・リハビリテーション科  
専門外来 禁煙  
介護保険事業 通所リハビリ・訪問介護  
休診日 土曜午後・日曜・祝日・年末年始



働く人々の  
命と健康を  
守る活動に  
取り組んでいます



# リハビリ入所 始めました

この度、あったかケアみずきでは「リハビリ入所」を立ち上げることとなりました。

現在あったかケアみずきには、6名の理学療法士と1名の作業療法士、計7名のリハビリスタッフが在籍しています。それぞれ「通所介護」「通所リハビリ」「訪問リハビリ」「入所及びショートステイ利用者へのリハビリ」に携わっています。病院と比べると訓練回数は少なくなりますが、施設入所から3か月間は週5回以上のリハビリを実施しています。しかし、施設入所を希望される方の声を聴くと「病院から直接退院することが難しいため、みずきに入所し、リハビリをして自宅に帰りたい」「在宅生活を送っていたが、少し弱ってきたので入所してリハビリを集中的に行い、自宅に帰りたい」「暑い時期や寒い時期に入所したい」などさまざまです。少しでも多くのご要望に応え、利用者さんが自宅に帰っても無理のない生活が送れるよう「リハビリ入所」を立ち上げました。

通常のリハビリが月曜日から土曜日、1回20分程度のリハビリを実施するのに対し、「リハビリ入所」は1〜3か月を予定し、自主トレも含めた120分程度のリハビリを集中的に行います（リハビリの内容や時間は、個別にリハビリ職員と相談することになります）。

副施設長 中馬 千代亀



利用される方にあったプランをご提案させていただきます。



動きも良くなりましたね！



## あったかケアみずきは超強化型施設です

「超強化型施設」とは、従来の「在宅強化型施設」の指標である在宅復帰率・ベッド回転率・重症者要件に加え、在宅復帰（支援）を行うにあたりさまざまな厳しい要件をクリアできた在宅復帰・在宅支援機能が高い老人保健施設のことです。



## 介護老人保健施設 あったかケアみずき

〒781-8134 高知市一宮中町2-9-4  
TEL 088-846-6800  
URL <http://www.attakacaremizuki.jp>

サービス内容 入所・短期入所・デイサービス・通所リハビリ・訪問リハビリ  
デイサービス営業日 月～土曜（日・年末年始を除く）  
デイサービス営業時間 9:00～16:00  
入所定員 2階 一般療養棟 50名  
3階 認知症専門棟 30名  
通所介護定員 30名

# 認知症サポーター

あなたも  
認知症サポーター  
になってみませんか

## 養成講座

みなさん「認知症サポーター養成講座」をご存知ですか？認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族を温かい目で見守る『地域の応援者』です。特別なことをする人ではありません。認知症サポーター養成講座で得た知識を生かし、近所で気になる人がいたらさりげなく見守る、街なかで困っている人がいたら手助けすることなども立派な活動です。



若年性認知症を患い、認知症に対して理解を深めてもらうため、講演を行う山中さん親子。



人権参観日で山中さん親子の話を真剣に聞き、熱心に質問や発言をする秦小学校の児童たち

送られると、児童から一斉に「ハイ！」という返事が聞かれ、会場が一瞬になりました。また質問とともに「困っている人がいたら優しく接してあげたい」「あきらめないで進むと、いざいざ顔が溢れていくことが分かった」などの意見が聞かれ、涙ぐまれる保護者の方もおられました。

当センターは今後も認知症サポーター養成講座を通じて、将来の福祉の芽が育つよう若い世代にも目を向け、生活支援コーディネーター  
理学療法士 大山 香奈



認知症サポーター養成講座を受講した方には認知症サポーターのカードをお渡ししています。

### 秦地域(支援対象地域)

愛宕山・愛宕山南町・前里・秦南町・三園町・東秦泉寺・中秦泉寺・西秦泉寺・北秦泉寺・宇津野・三谷・七ツ淵・加賀野井



## 高知市 秦地域包括支援センター

〒781-8134 高知市愛宕山114-2 1階  
FAX 088-824-5771  
月～金 AM8:30～PM5:15  
Pあり 事前にお問い合わせください。  
TEL 088-824-5770

旬の食材「にんじん」

カロリー 260kcal  
たんぱく質 15.1g  
脂質 15.6g  
炭水化物 15.3g  
塩分 1.4g  
1人分あたり

【材料・2人分】

豚ロース薄切り 150g  
キャベツ 100g  
にんじん 30g  
塩こしょう 少々  
酒 大さじ1

\* 玉ねぎドレッシング \*

玉ねぎ 50g  
[A]  
サラダ油 大さじ1/2  
しょうゆ 大さじ1  
酢 大さじ1  
みりん 大さじ1  
砂糖 5g



# キャベツとにんじんの肉巻き蒸し

【作り方】

- ① 玉ねぎをすりおろし、キャベツとにんじんは千切りにする。
- ② 耐熱用ボウルに玉ねぎと[A]の調味料を入れ混ぜ合わせ、軽くラップをして600Wの電子レンジで2分半加熱する。
- ③ 電子レンジから取り出し全体をかき混ぜ、さらに600Wの電子レンジで30秒加熱し、辛みが残っていれば追加で加熱する。
- ④ 豚肉に塩こしょうをふり、キャベツとにんじんをのせて巻く。
- ⑤ お皿に巻いた豚肉を並べて酒をふり、軽くラップをかけて600Wの電子レンジで3分半加熱する。
- ⑥ 電子レンジから取り出し、ラップをしたまま2分ほど置いてからラップを取り、③の玉ねぎドレッシングをかけて完成。

## 特徴

にんじんのオレンジ色の正体は、β-カロテンという色素です。食べると体内でビタミンAに変化するβ-カロテンは、免疫力を高めたり目の疲れを取ったりする作用があります。また、生活習慣病を予防する抗酸化作用もあります。ほかに、ビタミンC、カルシウム、鉄などが豊富に含まれています。

## 選び方

小さいサイズは糖度が高く、色が濃いものは栄養素が高いといわれています。表面がなめらかで重量感のあるものが鮮度も甘みもあります。

## 保存方法

乾燥を嫌うため、そのまま保存する場合は新聞紙などにくるみ冷蔵庫で保存します。切り口から痛み始めるので、1本使い切らない場合はラップに包んで早めに使いきりましょう。



# 『旬の食材』にんじん

緑黄色野菜の代表格。栄養豊富な「旬」の野菜を食べましょう。

管理栄養士

# キャロット・ハルワ



カロリー 221kcal  
たんぱく質 4.2g  
脂質 12.1g  
炭水化物 28g  
塩分 0.4g  
1人分あたり

1人分あたり

【材料・2人分】

にんじん 200g  
バター 20g  
牛乳 200ml  
砂糖 20g  
カルダモンパウダー 少々  
シナモンパウダー 少々  
レーズン 適量

【作り方】

- ① にんじんはすりおろすか、フードプロセッサーでピューレ状にする。
- ② フライパンにバターを溶かし、にんじんを炒め、水分が飛んでもったりとするまで火を通す。
- ③ 牛乳を加えてさらに火を加える。ひとかたまりになるまで水分を飛ばし、砂糖とスパイスを加えて火を止める。
- ④ お皿に盛り、レーズンをのせて完成。

# みつばとにんじんのきんぴら

【材料・2人分】

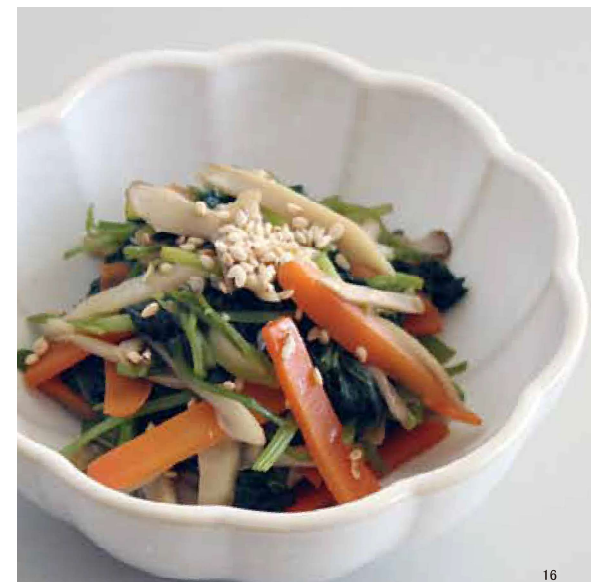
みつば 100g  
にんじん 20g  
まいたけ 30g  
いりごま 適量  
サラダ油 大さじ1/2  
[A]  
しょうゆ 大さじ1/2  
みりん 大さじ1/2  
酒 大さじ1

カロリー 74kcal  
たんぱく質 1.9g  
脂質 5.1g  
炭水化物 7.2g  
塩分 0.9g  
1人分あたり

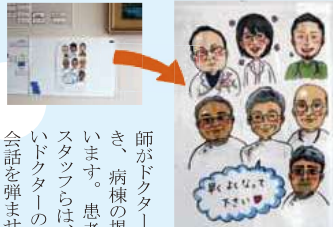
1人分あたり

【作り方】

- ① みつばは3cmの長さに切る。にんじんは千切りにし、まいたけはほぐしておく。
- ② フライパンにサラダ油を熱し、みつば、にんじん、まいたけを入れて炒める。
- ③ [A]の調味料を加えて、汁気がなくなるまで炒める。
- ④ お皿に盛り、いりごまをふって完成。



# 患者さんを



師がドクターの似顔絵を描き、病棟の掲示板上に飾っています。患者さんと病棟スタッフが、完成度の高いドクターの似顔絵を見て会話を弾ませています。



患者さんの似顔絵を描くこと

病棟看護師が自宅にあった「マルバマンネングサ」をみなさんに見てもらおうと持参。小さな黄色い花が入院患者さんや病棟スタッフの心を癒してくれます。



連続テレビ小説で登場し、牧野富太郎が発見した「マルバマンネングサ」

# 元気にしたい



当院では音楽療法士が1名在り、入院患者さんの療養生活をサポートしております。新型コロナウイルス感染症対策のため、集団での音楽療法は中止しておりますが、感染症の分類がら類に移行したこともあり、感染対策を行ったうえで複数人同時参加での音楽療法を再開しました。患者さんの数だけ掛け合いと笑顔が増え、以前にも増して音楽の持つ可能性が広がっています。

# 音楽が心を癒す



# 研修を重ねています

フィジカルアセスメント  
入退院支援  
摂食機能療法について

当院では看護部教育委員会が行っている「教育活動計画」があり、教育活動計画に基づき、看護研究などさまざまな取り組みがあります。内容も多岐に渡りますが、研修を重ねることで、病室全体の機能の向上を目指しています。



# 編集後記

●人物特集では佐川町でボランティアガイドを行っている森口さんを取材させていただきました。佐川町の魅力を発信するボランティアガイドの一人として活躍されています。実際、一緒に佐川町を歩かせていただきましたが、森口さんにガイドをしていただくことで、まちの魅力が何倍にも引き出されたことは間違いありません。連続テレビ小説で注目を浴びる佐川町に足を運ぶ際には、森口さんにガイドを依頼してみたいかでしょうか？●医療面では「ご存じですか？DMATのこと」をご紹介します。また、ノーリフティングケアについてご紹介させていただきます。これからは多くの方の健康な生活のお役に立てよう、信頼される医療の提供に努めてまいります。

# ご意見募集

当院広報誌「いずみの」をお読みいただきありがとうございます。本紙の内容について、ご意見・ご感想をお寄せください。誌面づくりの参考とさせていただきます。

郵送 〒781-0011  
高知市薮野北町2-10-53  
FAX 088-826-5510  
メール koho@izumino.or.jp  
宛先 いずみの病院 企画広報室

# 読んでみませんか

金高堂書店さんにおすすめの本を紹介していただくコーナー。気になる本があれば、是非手に取ってみてください。



牧野富太郎  
雑草という草はない  
別冊太陽編集部 編  
平凡社  
税込 2,530 円

小学校中退でありながら独学を続け、多数の新種を発見し命名した牧野富太郎。『日本植物学の父』と言われるその生涯を、美しい植物画や標本とともに紹介する決定版。さらにビジュアル版になっているので、植物画や標本のページは見応えがあり、好評をいただいている書籍となっております。

# ビジュアル大事典

DK社 編著  
新星出版社  
税込 9,680 円

宇宙、地球、生命、科学とテクノロジー、歴史、信仰と社会、美術、スポーツ、ホビーの身近な7つのテーマ・36項目に分けられており、歴史的に貴重な画像とわかりやすいイラストを中心に解説しています。高校生から大人までの『知りたい』ことを凝縮した一冊まるごと百科事典となっております。



80歳でも脳が老化しない人がやっていること  
西剛志 著  
アスコム  
税込 1,540 円

いくつになっても脳が若いままの人と、老化が進んでいく人の差はどこにあるのか？脳科学者が伝えた『老人脳』にならないための方法を1冊にまとめています。高齢になっても超人的な認知・身体能力を持つ人達の脳の使い方をひも解き、いつまでも若々しく幸せなシニアライフを送るきっかけにもら書籍となっております！

金高堂書店

# 本店

高知市帯屋町2丁目2  
帯屋町チェントロ1階  
TEL 088-822-0161

# 朝倉ブックセンター

高知市大谷公園町20-15  
TEL 088-840-1363

# 野市店

香南市野市町西野 2611-1  
TEL 0887-56-5152

# 土佐山田店

香美市土佐山田町旭町 2-1-1  
TEL 0887-57-6111

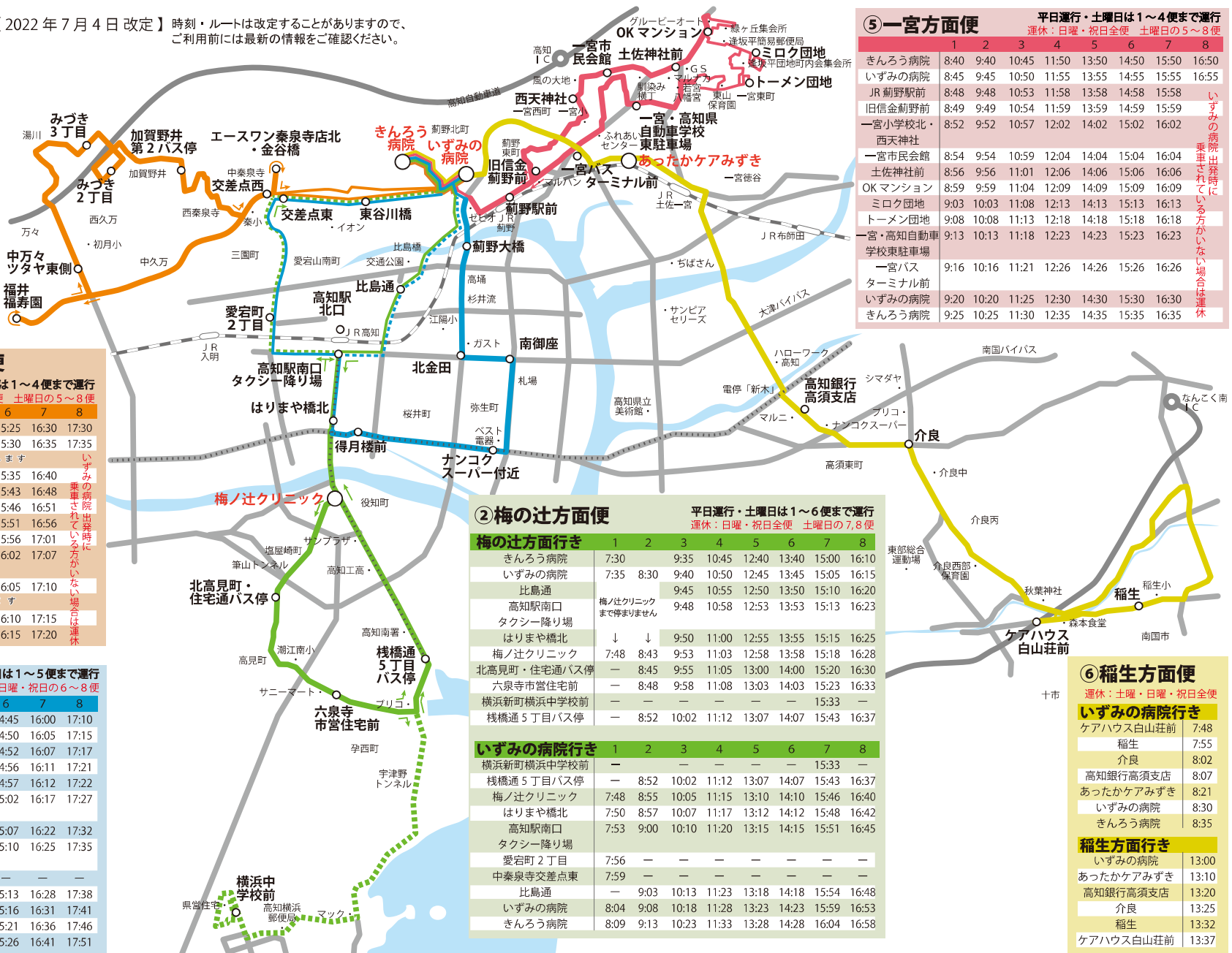
# 金高堂書店外商部

高知市大谷公園町 17-11  
TEL 088-855-5111

# 乗車無料 送迎バス

**乗降の方法** 運行委託：株式会社新泉交ハイヤー  
 路線上であればどこでも、手をあげていただいた  
 ところで乗降できます。ただし、交差点等、交通  
 の妨げになるような乗降はできません。手ははつ  
 きりと早めにあげてくださるようお願いいたします。  
 バス車体の左側面にルート番号(①～⑥)を掲  
 示しています。ご乗車の際はご確認ください。  
 天候や道路事情により5分～15分の遅延が発生  
 することがあります。予めご了承ください。  
 なお 15分を過ぎましてもバスが来ない場合には、  
 いずみの病院へお問い合わせいただければ運行  
 状況をお伝えいたします。

【2022年7月4日改定】時刻・ルートは改定することがありますので、  
 ご利用前には最新の情報をご確認ください。



## ③福井・観月坂・北秦泉寺方面便

平日運行・土曜日は1～4便まで運行  
 運休：日曜・祝日全便 土曜日の5～8便

	1	2	3	4	5	6	7	8
きんろう病院	8:30	9:35	10:40	11:55	13:05	15:25	16:30	17:30
いずみの病院	8:35	9:40	10:45	12:00	13:10	15:30	16:35	17:35
高知市北部環状線を經由します								
中秦泉寺交差点西	8:40	9:45	10:50	12:05	13:15	15:35	16:40	
福井福寿園	8:48	9:53	10:58	12:13	13:23	15:43	16:48	
中万ツツヤ東側	8:51	9:56	11:01	12:16	13:26	15:46	16:51	
みづき2・3丁目	8:56	10:01	11:06	12:21	13:31	15:51	16:56	
加賀野井第2バス停	9:01	10:06	11:11	12:26	13:36	15:56	17:01	
エースワン秦泉寺店北・金谷橋	9:07	10:12	11:17	12:32	13:42	16:02	17:07	
中秦泉寺交差点東	9:10	10:15	11:20	12:35	13:45	16:05	17:10	
前里旧道を経由します								
いずみの病院	9:15	10:20	11:25	12:40	13:50	16:10	17:15	
きんろう病院	9:20	10:25	11:30	12:45	13:55	16:15	17:20	

## ①高知駅循環便

平日・土曜日運行 日曜・祝日は1～5便まで運行  
 運休：日曜・祝日の6～8便

	1	2	3	4	5	6	7	8
きんろう病院	7:40	9:05	10:10	11:10	12:00	14:45	16:00	17:10
いずみの病院	7:45	9:10	10:15	11:15	12:05	14:50	16:05	17:15
薊野大橋	7:47	9:12	10:17	11:17	12:07	14:52	16:07	17:17
北金田	7:51	9:16	10:21	11:21	12:11	14:56	16:11	17:21
南御座	7:52	9:17	10:22	11:22	12:12	14:57	16:12	17:22
知寄町ナンコクスーパ付近	7:57	9:22	10:27	11:27	12:17	15:02	16:17	17:27
得月楼前	8:02	9:27	10:32	11:32	12:22	15:07	16:22	17:32
高知駅南口	8:05	9:30	10:35	11:35	12:25	15:10	16:25	17:35
タクシー降り場								
比島通	8:08	—	—	—	—	—	—	—
愛宕町2丁目	—	9:33	10:38	11:38	12:28	15:13	16:28	17:38
中秦泉寺交差点東	—	9:36	10:41	11:41	12:31	15:16	16:31	17:41
いずみの病院	8:13	9:41	10:46	11:46	12:36	15:21	16:36	17:46
きんろう病院	8:18	9:46	10:51	11:51	12:41	15:26	16:41	17:51

## ②梅の辻方面便

平日運行・土曜日は1～6便まで運行  
 運休：日曜・祝日全便 土曜日の7,8便

梅の辻方面行き	1	2	3	4	5	6	7	8
きんろう病院	7:30	8:30	9:35	10:45	12:40	13:40	15:00	16:10
いずみの病院	7:35	8:30	9:40	10:50	12:45	13:45	15:05	16:15
比島通	—	—	9:45	10:55	12:50	13:50	15:10	16:20
高知駅南口	—	—	9:48	10:58	12:53	13:53	15:13	16:23
タクシー降り場	—	—	—	—	—	—	—	—
はりまや橋北	↓	↓	9:50	11:00	12:55	13:55	15:15	16:25
梅ノ辻クリニック	7:48	8:43	9:53	11:03	12:58	13:58	15:18	16:28
北高見町・住宅通バス停	—	8:45	9:55	11:05	13:00	14:00	15:20	16:30
六泉寺市営住宅前	—	8:48	9:58	11:08	13:03	14:03	15:23	16:33
横浜新町横浜中学校前	—	—	—	—	—	—	15:33	—
棧橋通5丁目バス停	—	8:52	10:02	11:12	13:07	14:07	15:43	16:37

## いずみの病院行き

	1	2	3	4	5	6	7	8
横浜新町横浜中学校前	—	—	—	—	—	—	15:33	—
棧橋通5丁目バス停	—	8:52	10:02	11:12	13:07	14:07	15:43	16:37
梅ノ辻クリニック	7:48	8:55	10:05	11:15	13:10	14:10	15:46	16:40
はりまや橋北	7:50	8:57	10:07	11:17	13:12	14:12	15:48	16:42
高知駅南口	7:53	9:00	10:10	11:20	13:15	14:15	15:51	16:45
タクシー降り場	—	—	—	—	—	—	—	—
愛宕町2丁目	7:56	—	—	—	—	—	—	—
中秦泉寺交差点東	7:59	—	—	—	—	—	—	—
比島通	—	9:03	10:13	11:23	13:18	14:18	15:54	16:48
いずみの病院	8:04	9:08	10:18	11:28	13:23	14:23	15:59	16:53
きんろう病院	8:09	9:13	10:23	11:33	13:28	14:28	16:04	16:58

### ⑤一宮方面便

平日運行・土曜日は1～4便まで運行  
 運休：日曜・祝日全便 土曜日の5～8便

	1	2	3	4	5	6	7	8
きんろう病院	8:40	9:40	10:45	11:50	13:50	14:50	15:50	16:50
いずみの病院	8:45	9:45	10:50	11:55	13:55	14:55	15:55	16:55
JR 薊野駅前	8:48	9:48	10:53	11:58	13:58	14:58	15:58	
旧信金薊野前	8:49	9:49	10:54	11:59	13:59	14:59	15:59	
一宮小学校北・西天神社	8:52	9:52	10:57	12:02	14:02	15:02	16:02	
一宮市民会館	8:54	9:54	10:59	12:04	14:04	15:04	16:04	
土佐神社前	8:56	9:56	11:01	12:06	14:06	15:06	16:06	
OK マンション	8:59	9:59	11:04	12:09	14:09	15:09	16:09	
ミロク団地	9:03	10:03	11:08	12:13	14:13	15:13	16:13	
トーマン団地	9:08	10:08	11:13	12:18	14:18	15:18	16:18	
一宮・高知自動車学校東駐車場	9:13	10:13	11:18	12:23	14:23	15:23	16:23	
一宮バスターミナル前	9:16	10:16	11:21	12:26	14:26	15:26	16:26	
いずみの病院	9:20	10:20	11:25	12:30	14:30	15:30	16:30	
きんろう病院	9:25	10:25	11:30	12:35	14:35	15:35	16:35	

## ⑥稲生方面便

運休：土曜・日曜・祝日全便

いずみの病院行き	
ケアハウス白山荘前	7:48
稲生	7:55
介良	8:02
高知銀行高須支店	8:07
あったかケアみずき	8:21
いずみの病院	8:30
きんろう病院	8:35

稲生方面行き	
いずみの病院	13:00
あったかケアみずき	13:10
高知銀行高須支店	13:20
介良	13:25
稲生	13:32
ケアハウス白山荘前	13:37

**医療法人 防治会**  
 日本医療機能評価機構認定病院  
**いずみの病院**  
 高知市薊野北町2-10-53 tel 088-826-5511  
<http://www.izumino.or.jp>

**高速道路** 高知インターチェンジ出口より「高知市街方面」へ車で3分  
**路線バス** とさでん交通「サニーマートあぞの店前」停留所より徒歩2分  
 「薊野西」(薊野大橋下) 停留所より徒歩5分  
**J R** 薊野駅より徒歩10分・高知駅より車で7分

労災保険指定  
**きんろう病院**  
 高知市薊野北町3-2-28 tel 088-845-8711  
<http://www.kinrou-cl.jp>

**梅ノ辻クリニック**  
 高知市梅ノ辻8-7 tel 088-833-4580  
<http://www.umenotsuji-cl.jp>

介護老人保健施設  
**あったかケアみずき**  
 高知市一宮中町2-9-4 tel 088-846-6800  
<http://www.attakacaremizuki.jp>