



栗山会飯田病院広報誌

2026
VOL.90

いっくしみ

ご自由にお持ち下さい

TAKE
FREE

福祉車両を
寄贈していただきました

飯田病院

栗山会 飯田病院

Honda Cars 信州

Honda Cars 信州

栗山会 飯田病院



Instagram



飯田病院



看護部

P2

特集 マインドフルネス認知療法

P6

医療安全標語

P7

新任医師のご挨拶

P8

リハビリ通信

P9

医師紹介

P10

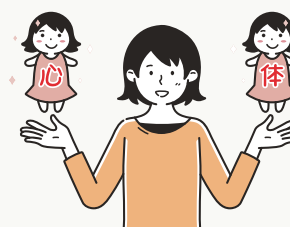
職場紹介

P11

栄養科 おすすめレシピ

当院では、うつ病の再発予防を目的とした マインドフルネス認知療法 (Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Depression: MBCT-D) を行っています。

MBCT-Dは、瞑想と、思考/感情との付き合い方を学ぶエクササイズを組み合わせたグループで行うプログラムです。気分が落ち込み始めた時の変化に早めに気づき、自分に合った対処を選べるようになることを目指します。これまでに3回のプログラムを行い、延べ28名の方が参加されました。本稿では、第1回と第2回のプログラムについて最後まで参加された14名の方の回答をまとめました。途中で参加をやめられた方、運営を手伝ったスタッフ、複数回参加された方の回答は、今回の集計には含めていません。プログラムの前後で、次のようなことについて質問しました。



- 毎日の生活をどのように感じているか
- 困ったことが起きたときに、対処できそうだと感じられるか
- ストレス、不安、気分の落ち込みをどの程度感じているか
- 思考や感情に気づき、少し距離をとることができるか

それらの結果をまとめたのが、図1です。全体として、これらの項目はよい方向に変化していました。特に大きく変化していたのは、

「**困難があっても、何とか対処していけそうだ**」と感じる力（レジリエンス）でした。

(図1 プログラム前後での変化)

プログラム完遂者 14名：介入前後の変化

尺度 (測定領域)	介入前 平均 ± SD	介入後 平均 ± SD	平均 変化量	Wilcoxon p値	標準化 変化量
SWEMWBS (ウェルビーイング)	18.07 ± 5.57	20.93 ± 3.85	2.86	0.021	0.51
PSS-4 (ストレス)	10.43 ± 3.41	7.86 ± 1.75	-2.57	0.037	0.75
PHQ-9 (抑うつ)	9.50 ± 5.84	6.86 ± 4.59	-2.64	0.048	0.45
CD-RISC (レジリエンス)	12.71 ± 8.60	20.36 ± 6.42	7.64	0.001	0.89
GAD-7 (不安)	8.86 ± 5.17	6.86 ± 4.29	-2.00	0.087	0.39
FFMQ-15 (マインドフルネス)	39.71 ± 9.56	46.07 ± 5.51	6.36	0.010	0.66

注：平均変化量は介入後-介入前。SWEMWBS、CD-RISC、FFMQ-15は増加が改善、PSS-4、PHQ-9、GAD-7は低下が改善を示す。

未補正のWilcoxon検定では、5尺度で有意な前後差を認めた。GAD-7は低下傾向を示したが、有意差なし。
※完遂者を対象とした探索的前後比較。p値は多重比較未補正。

レジリエンスについて

レジリエンスとは、つらい出来事や困難があっても自分なりに立て直し、前に進もうとする力のことです。今回、気分の落ち込みが軽くならなかった方でも、「自分にはできることがある」「何とかやっていけそうだ」と感じる力が高まっていた方がいました。うつ病では、気分の落ち込みや意欲の低下が続くことがあります。そのような中でも、レジリエンスが向上したことは、大切な変化の一つではないでしょうか。



ストレスとの付き合い方

マインドフルネスプログラムを受講した方は、ストレス度も減っていました。瞑想は、呼吸や身体感覚、思考や感情などに注意を向ける練習を通して「気づく力」を養いますが、つらい気持ちを無理に消そうとしたり、リラックスしたりすることが瞑想の目標ではありません。それにもかかわらず、ストレスが減ったのは興味深いことだと思います。

なぜレジリエンスが向上し、ストレスが減ったのかについて考察してみます。このプログラムでは、瞑想を通じて、自分自身の感情や思考をより客観的に眺める練習をします。たとえば、感情や思考が困難を伴うものであっても、うまくかわる練習を繰り返します。そして、普段の生活でも困難に出会ったときに自分の思考や感情に気づき、これまで練習した方法を試していただきます。このような練習の反復が「やっていける」という自信につながったのではないのでしょうか。さらに、MBCT-Dプログラムでは自分をケアする方法を検討し、瞑想と組み合わせて練習します。具体的には、調子が悪くなっているときに気づいたときに簡単な瞑想を行い、「自分をケアするために何が最も必要か」と問いかけてみます。このように、自分をケアする方法を身につけることも、レジリエンスの向上やストレスの軽減に関係していたのかもしれません。



気分の落ち込みや不安について

今回の参加者では、気分の落ち込みについても、全体としてよい方向への変化がみられました。気分の落ち込みが比較的強い方も、プログラムを最後まで続け、数値がよい方向に変化した方がいましたが、今回まとめた人数は14名と少なく、薬による治療や時間の経過など、ほかの影響も考えられます。そのため、今回の結果だけから、MBCT-Dによって症状が改善したと断定することはできません。不安についても、よい方向への変化はみられましたが、今回の人数では、はっきりした違いとまでは言えませんでした。

(次のページに続く)

「人生のためのマインドフルネス」研究 参加者募集のお知らせ

これまでのメンタルヘルス研究は、主に精神疾患の予防や治療を目的として発展してきました。一方、近年では、一般の人々の心の健康やウェルビーイングを高めるための研究も重要視されています。

本研究では、一般の人々を対象として開発された「人生のためのマインドフルネス認知療法 (Mindfulness-Based Cognitive Therapy for Life: MBCT-L)」(通称:「人生のためのマインドフルネス」) に注目し、その効果と、ウェルビーイングの変化がどのように生じるのかを検討することを目的としています。本研究を通じて、日本における心の健康とウェルビーイングの向上に貢献することを目指します。

一般の
成人の方
対象

研究概要と参加者募集について

現在、オックスフォード大学の研究者と連携しながら、「人生のためのマインドフルネス」の効果を検討する研究計画を進めています。

- 対 象**: 一般の成人の方 ※うつ病の再発予防を目的とした患者さん向けのプログラムではありません。患者さん向けのプログラムは、当院精神科外来スタッフまたは主治医にご相談ください。
- 形 式**: オンライン形式の予定
- プログラム期間**: 8週間連続 (期間中に1日のサイレント・リトリートを含む)
- 実 施 時 間**: 各回 約2時間15分~2時間30分

研究の実施が正式に決まり次第、研究内容や参加条件などの詳細を、事前仮登録をいただいた方にご案内いたします。



ご関心のある方は、右記フォームより
お名前とメールアドレスをご入力の上、事前仮登録をお願いいたします。

登録フォーム

<今後の流れ(予定)>

2026年9月	事前仮登録者の方へ、研究の詳細をご案内します。
その後	以下の条件をすべて満たした方に、研究への参加をお願いする予定です。 1) 参加基準を満たしていること 2) 研究内容を十分に理解していること 3) 研究参加に同意していること
2026年10~11月または 2027年1月~2月(予定)	8週間のプログラムを実施します。



※ プログラム期間中および前後に、複数回の心理質問紙へのご回答をお願いする予定です。

皆さまのご参加を心よりお待ちしております 研究代表者 家接哲次(名古屋経済大学人間生活科学部)

安全に行うために

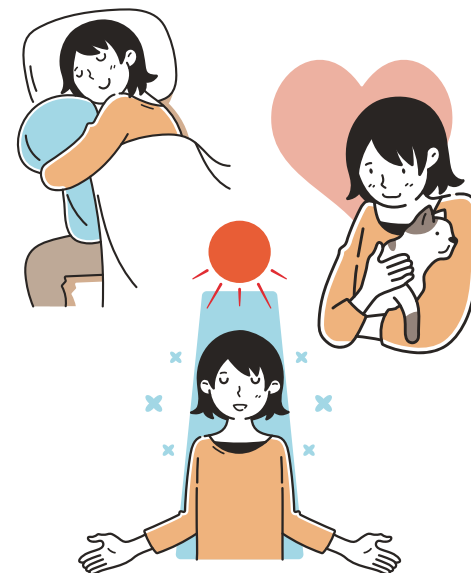
瞑想を行う中で、不安が強くなったり、つらい記憶が浮かんできたりすることがあります。そのようなときは、無理に続ける必要はありません。当院では、参加前にプログラムの内容を説明し、参加中も状態を確認しながら進めています。つらさが強い場合は、講師や主治医に相談し、練習方法を調整することが大切です。



まとめ

今回の結果から、MBCT-Dは、気分の落ち込みだけでなく、日々のストレスとの付き合い方や困難に対処する力、幸福感の向上にも関係する可能性が示されました。

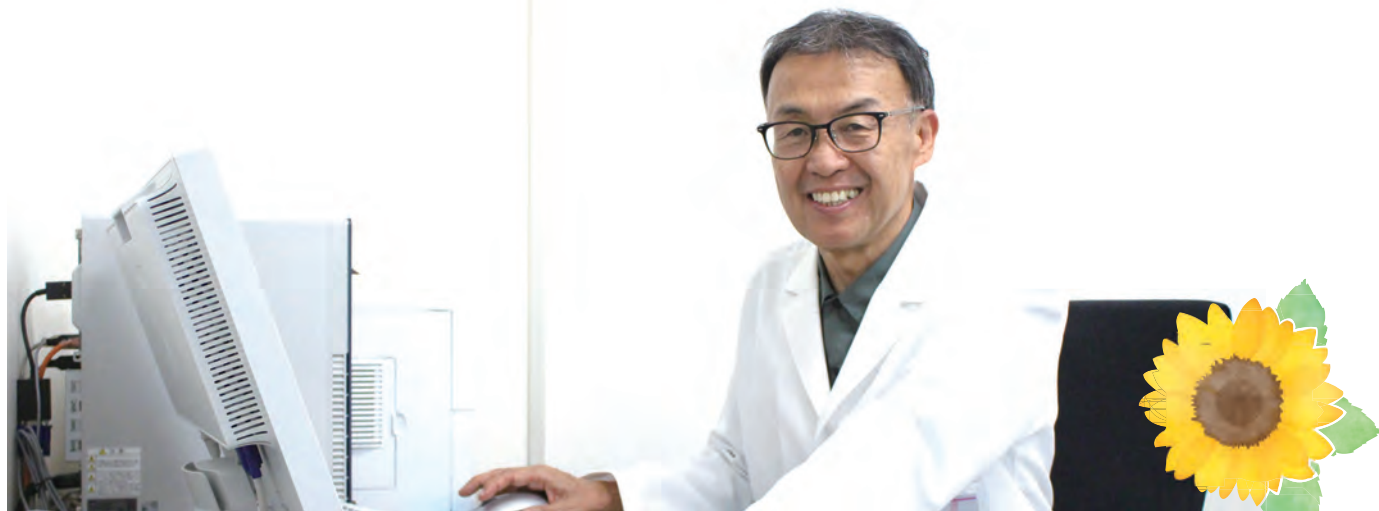
今後も、うつ病の再発予防のためのMBCT-Dプログラムを継続していきたいと思います。次回は、10月からプログラムを予定していますので、興味のある方は、主治医または精神科外来スタッフまでお声がけください。



研究参加に関する事前仮登録のお知らせ

現在、左記の研究への参加に関心のある方を対象に、事前仮登録を受け付けています。本研究では、実際にMBCTプログラムを受講していただき、こころの健康にどのような影響を与えるかを調べます。なお、一般の方向けのプログラムはMBCT-L (人生のためのマインドフルネス認知療法) と呼ばれています。高橋も、研究者 (インストラクター) の一人として参加します。この場を借りてご案内いたします。

なお、本研究は、うつ病の再発予防を目的とした患者さん向けのプログラムではなく、一般の成人を対象としています。患者さん向けのMBCT-Dプログラムについては、主治医または精神科外来スタッフにご相談ください。



新任医師のご挨拶

内科 花崎和弘

70歳の古希を迎える年に郷里に帰って参りました。

このたびご縁があつて6月1日付で歴史と伝統に輝く飯田病院に勤務させていただく機会に恵まれました。千葉理事長、原病院長をはじめとする飯田病院職員の皆様、何卒よろしくお願ひ申し上げます。

私は昭和59年に新潟大学医学部を卒業し、信州大学およびその関連病院にて消化器外科医（専門は肝胆膵外科）として研鑽を積みました。49歳の時に高知大学外科教授に選んでいただき、前任地の高知大学では20年間勤務（外科教授16年間、病院長4年間）させていただきました。

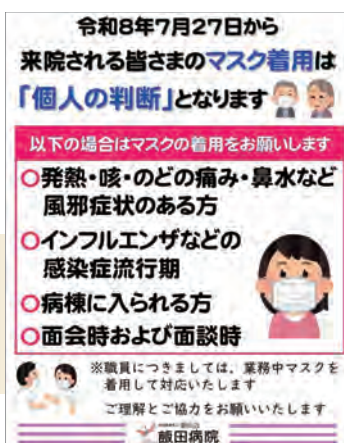
今回の引っ越しを機に、駄科に新居を構え、薪ストーブのある暮らしをスタートしました。周辺は農家が多いため、電動の

チェーンソーと草刈り機を2機ずつ購入し、4月から薪割りと草刈りが日課となっています。草刈りのご要望だけでなく、薪をいただける場合もお声がけください。愛車のジムニーで駆け付けます。蛇足ですが、四国では登山を楽しみました。熊の目撃情報がある当地で登山を再開するか否か迷っています。

これまででは外科医として高度急性期医療を担ってきました。飯田病院では内科医として人間ドック、上部消化管内視鏡を中心に担当しています。微力ではありますが、「仁の心」を持って、郷里の地域医療に少しでも貢献できたら嬉しく思います。引き続き、皆様から温かいご指導とご厚誼を賜ります様、何卒よろしくお願ひ申し上げます。

病院からのお知らせ

マスク着用 ルールの変更



花崎 和弘 医師が『Best Doctors in Japan 2026-2027』に選出されました

Best Doctorsとは、ベストドクターズ社が実施する医師同士による相互評価に基づき、「自身や家族の治療を任せたい医師」として高い評価を受けた医師が選出されるものです。



医療安全標語

医療安全の取り組み



医療安全管理部



2025年度募集した「医療安全標語」は、20部署から合計72作品の応募がありました。

- 思い込み!! トラブルの沼に はまる罠
- ながら作業 慣れた頃こそ 再確認
- 急ぐほど 増やす確認 増す安全
- アクシデント! 見直そう 結果よりも その経過
- 事故防ぐ 大事なひと手間 報連・相
- 報連・相 しやすい職場で ミス減らそう
- 私のため みんなの為に レポートを

- 間違いを 言える環境 言う勇氣!
- パソコンの 画面みるより まず対話!!
- 無くしたい! あなたの針刺し その不安
- 身を守る! 最大武器は 適正記録
- 伝えやすい 聞きやすい 雰囲気作りが ミス防ぐ
- 見よう 聞こう 言おう 共有しよう!

当院は、「仁の心」を基本理念に質の高い安心・安全な医療の提供に取り組んでいます。

医療安全に興味を持ち、参加することへの実感を得てもらうために毎年標語の募集をし、毎月標語付きカレンダーを作成して各部署に配布しています。

医師、看護師、医療技術職から事務職に至るまで、職種を越えて数多くの熱い想いが寄せられました。その中から、私たちが日々の診療で最も大切にしたい地域の皆様の健やかな未来を支え続けるという「強い決意」を表現した、当院を代表する標語をご紹介します。この標語は、私たち職員一同が常に胸に刻み、日々の行動指針とする「皆様へのお約束」でもあります。言葉だけに終わらせることなく、これまで以上に質の高い、そして心の通った医療を提供できるよう、より一層の努力を重ねてまいります。



医師紹介

小児外科専門医
柴田 祐充子 (しばた ゆみこ)
しばたファミリークリニック 院長

出身は飯田市上郷で、飯田高校卒業後東邦大学に進学し、2000年に卒業後は東邦大学大森病院第一外科(現一般・消化器外科)に入局、大学病院、東京医療センター、成育医療研究センターなどで研鑽を積んでまいりました。飯田病院には2014年4月よりお世話になっております。今回の原稿依頼を受けて「いつから飯田に？」と振り返ってみたら12年前…何と干支が一周していました。早いものです。専門は小児外科、外科一般です。

飯田病院に来てまず最初にやりたかったことが小児外科専門医として小児の手術ができる環境を立ち上げることでした。それに協力して下さった外科の先生方、麻酔科の先生、病棟や手術室のスタッフの皆様に本当に感謝しております。小児の手術は基本1泊2日、親御さんに付き添って頂いての入院になっています。手術として行っているのは鼠径ヘルニア、臍ヘルニア、停留精巣、皮膚・皮下腫瘍など決して大きな手術ではありませんが、今まで愛知や安曇野の子ども病院に行っていた患者さんやそのご家族の負担が少しでも減っていれば幸いです。

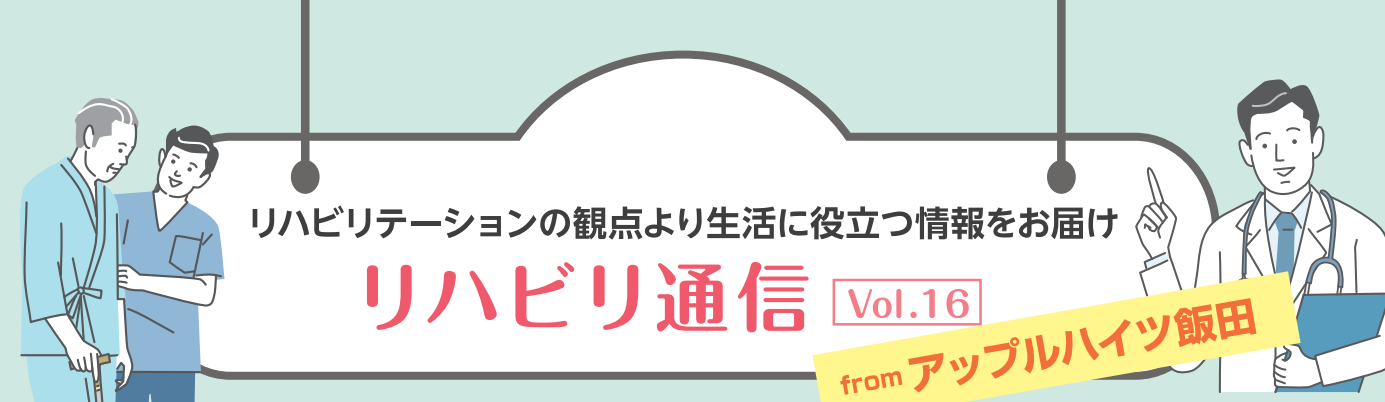
女医と言うこともあり乳腺や甲状腺の患者さんも多く受診され、乳癌、甲状腺癌の治療にも関わっております。また、元々フットケアにも興味があり独学で勉強しておりましたが、足

のことをやろうと賛同してくださったみなさんとフットケア外来を立ち上げました。2020年4月、飯田市上郷に「しばたファミリークリニック」を開業しました。

内科、外科、小児外科、皮膚科を標榜し、0才〜100才まで様々な患者さん、疾患に対応しております。乳腺の患者さんも多数診察しており、土屋先生を始めとした飯田病院病理診断科の皆様のご協力のもと、乳癌疑いの患者さんに対して細胞診を行う体制が整っております。

開業後、飯田病院は毎週水曜日に非常勤として勤務しております。午前中は小児外科の患者さんの手術や、他の外科の先生の手術のお手伝い、午後は外来をさせて頂いております。外科医であるため手術に入るとやはり楽しく、飯田病院での時間は私にとってとても大切な時間になっております。

忙しい毎日を送る中で最近の癒やしは、インスタで全然知らない赤ちゃんや動物の動画を見ることがです。ほっこりしますが、気をつけないと知らない間に時間が過ぎており危険！危険！今後も水曜日の飯田病院勤務は継続させて頂きたいと思っておりますのでどうぞ宜しくお願いいたします。



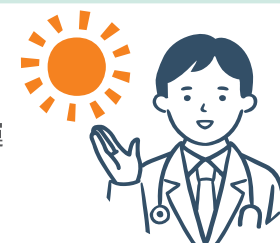
リハビリテーションの観点より生活に役立つ情報をお届け

リハビリ通信 Vol.16

from アップルハイツ飯田

いつもご覧いただきありがとうございます。早いもので今年も半年が過ぎましたね。これから夏本番、長い夏を乗り切れるよう体調を整えていきましょう。

前回号では比較的取り組みやすい運動を紹介させていただきましたが、1人でも運動を始めるきっかけになっていれば幸いです。さて今回は、その運動をいつやると良いかというのをテーマにしましたので是非参考にしてみてください。



運動するタイミングはいつがいい？～時間帯別の効果～

朝



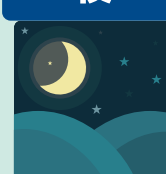
朝の運動は交感神経が優位に働き血行が促進され、エネルギー消費量が向上し、脂肪燃焼効果が高まるといわれています。その他、集中力が高まることや食欲を抑えること、睡眠の質を良くします。ただし空腹時は糖分が不足しており、低血糖や筋肉の分解、怪我の危険性もあるので注意。朝食前であればストレッチやヨガなど軽い運動が適しています。また起床して直ぐは避け、水分を摂り30分以上空けると良いでしょう。

昼～夕方



日中は交感神経が活発に働いているため、身体が運動をする準備ができています。ただし食後30分以内や極端な空腹時に過度な運動は避けるべきで、消化不良にもつながります。食後しばらくして運動することで、血中のアミノ酸濃度が高まり、筋肉の合成も促進され、より運動効果が現れやすくなるとされています。負荷のかかる筋力トレーニングやウォーキング、ランニングなどがおすすめです。

夜



朝に比べて運動能力が向上しているため、柔軟性が良く関節可動域も広い状態です。体力や筋力アップを目的とした運動が効率良くおこなえるため、筋力トレーニングやウォーキング、ランニングなど負荷のかかる運動がおすすめです。ただし、夜が深まるにつれて副交感神経に切り替わるため、就寝前の激しい運動は避け、就寝3時間前までには終えましょう。就寝前であればストレッチやヨガなど副交感神経が優位になる運動をするとうれいとされています。

<運動前の時間と食事内容のすすめ>

- ・2時間前：一般食(バランスの良い食事)
- ・1時間前：おにぎり、バナナなどエネルギーになりやすい炭水化物
- ・30分前：スポーツドリンクやプロテインなど糖質の含まれる飲料やゼリー



朝・昼・夜それぞれで適した運動や効果の違いがありますね。筆者は早朝に済ませることがほとんどです。朝のうちに終えておくと1日が充実した気分にもなります。それぞれのライフスタイルや身体状況に合った運動習慣で、心身ともに健康体をつくっていきましょう。



介護老人保健施設

アップルハイツ飯田

長野県飯田市羽場権現 1618 TEL 0265-21-1165(代)

- 執筆：米山健太(理学療法士)
- 監修：大原慎司(医師)

アップルハイツ飯田 リハビリテーション科
企画制作動画 『介護お役立ち情報』➡





No.
47

整形外科外来

地域のみなさまに寄り添う
整形外科外来を目指して

こんにちは。整形外科外来です。当科は現在、常勤医師3名、非常勤医師4名、看護師6名、クラーク4名のスタッフを中心に、日々の診療を行っています。外来日には、予約の患者さんに加え、多くの予約外の患者さんが受診されます。そのため、他部署からの応援スタッフの力も借りながら、全員で連携して対応にあたっています。しかしながら、診察までの待ち時間が長くなり、待合が大変混雑してしまうことが日頃の大きな課題です。



以前は、スタッフが外待合から中待合へ大声で呼び込みを行っていたため、待合室が常になやがやとしてしまい、患者さんにもご不便とご負担をおかけしておりました。そこで当科では、少しでも快適に安心してお待ちいただけるよう、いくつかの新しい工夫を取り入れました。

まず、視覚的にわかりやすいご案内を目指し、次の順番が画面で確認できる「電光掲示板」を導入しました。あわせて中待合にも診察室のプレートを設置し、ご自身の順番や入るべき診察室が一目でわかるようにしています。今後も少しでも負担を減らせるような努力をしてまいります。

私たちが日々の業務で最も大切に行っているのは、「患者さんを中心に考えること」です。どんなことでも気軽に質問していただける雰囲気を作り、診察後には安心して笑顔で帰っていただけるような、温かい声かけを心がけています。また、手術を受けられる患者さんに対しては、事前の日程調整から個別に寄り添い、万全の安全管理のもとで安心して手術に臨めるようサポートしています。

「待つってでも、ここに受診して本当によかった」——そう言っていただけ外来を目指し、安全第一で、これからもスタッフ一同、誠心誠意努力してまいります。



栄養科 おすすめレシピ

この夏
おすすめ!

白身魚のマリネ

今回紹介する料理は、暑さで食欲が低下しがちな季節にもさっぱりとして美味しくいただける一品です。



作り方

- ① 白身魚に塩こしょう、白ワインで下味をつける
- ② 玉ねぎ、にんじん、ピーマンは千切りにしておく
- ③ 酢、しょうゆ、砂糖を混ぜ合わせ、②と合わせておく
- ④ 白身魚の水気を拭き取り、片栗粉をまぶして180℃の油で揚げる
- ⑤ ④を熱いうちに③に漬け込む

1人分

エネルギー・・・143kcal 脂質・・・5.0g
たんぱく質・・・12.9g 食塩相当量・・・1.2g

材料 (4人分)

- ・ 白身魚 8切れ(35g)
- ・ 塩 少々
- ・ こしょう 少々
- ・ 白ワイン 小さじ1弱
- ・ 片栗粉 適宜
- ・ 揚げ油 適宜
- ・ 玉ねぎ 120g
- ・ にんじん 15g
- ・ ピーマン 10g
- ・ 酢 小さじ1強
- ・ 薄口しょうゆ 大さじ1強
- ・ 砂糖 ひとつまみ

飯田病院 外来診療表

2026年8月現在

		月	火	水	木	金	土	
内 科	①	高木 隆助	高木 隆助	高木 隆助	大原 慎司		交替制	平日午後は予約制 土曜の交替制は 昭和大学横浜市 北部病院医師
	②	伊藤 健一	福岡 秀樹	朔 哲洋	福岡 秀樹	伊藤 健一		
	③	竹内 和航	竹内 和航	唐澤 光治	唐澤 光治	竹内 和航		
	④	千葉 隆一	前澤 浩	渡部 秀雄	千葉 隆一	渡部 秀雄		
	⑤	佐々木 成人	山路 研二	風間 太陽 (信州大学)	山路 研二	羽生 修治 (第1,2,3週) 後藤 由也 (第4週)		
	⑥	原 栄志	佐々木 成人	品川 尚志	原 栄志	佐々木 成人		
	⑦				荒木 寛司	品川 尚志		
	午後	花崎 和弘	渡部 秀雄 長沼 邦明	福岡 秀樹		羽生 修治 (第1,2,3週) 後藤 由也 (第4週)		
神 経 内 科		高木 隆助	高木 隆助	高木 隆助	大原 慎司	関島 良樹 (第1,3週) (信州大学) 羽生 修治 (第1,2,3週) 後藤 由也 (第4週)	信州大学より 交 替 制	平日午後は予約制
ふるえ・ふらつき 外 来	午後					大原 慎司		完全予約制
泌尿器科		深澤 瑞也 (第2・4週)	深澤 瑞也 (予約制)	神家満 学 (予約制)			梅本 幸裕 岩月 正一郎 (交替制・予約制)	午後・第1,3,5月曜・木曜・金曜休診 受診前に電話連絡必要
外 科	①		田中 穂積			田中 穂積		午後休診
	②		森田 誠市		森田 誠市	森田 誠市		月・土曜休診
	③		後藤 博志	柴田 祐充子	後藤 博志	後藤 博志		水曜完全予約制
フットケア 外 来	午後			竹内 和航	竹内 和航			完全予約制
整 形 外 科	①	鈴木 健太郎		鈴木 健太郎	鈴木 健太郎 (第2週)	鈴木 健太郎 (第1,3,5週)	田中 厚誌 一條 友孝 信州大学医師	月 火 水 受付10時迄 受付10時迄 受付10時迄 午後休診 午後休診 午後休診
	②	矢嶋 秀明		矢嶋 秀明		矢嶋 秀明		
	③		長谷川 弘晃			長谷川 弘晃	皆川 均	木 金 土 予約制 午後 電話確認必要 予約制 予約制 受付10時半まで
	午後				鈴木 健太郎 (第2週)	中村 幸男		
人工関節外来	午前	鈴木 健太郎		鈴木 健太郎		鈴木 健太郎 (第1,3,5週)		月曜・水曜
再生医療外来	午前	鈴木 健太郎		鈴木 健太郎				受付10時まで
精 神 科	①			松田 あずさ (15時まで)	神庭 靖子	岡崎 駿介		土曜休診 新患の方は完全予約制
	②	清水 隆明	清水 隆明	南風原 泰	岩切 啓太 (信州大学)	南風原 泰		
	③	小林 直輔 (信州大学)	木下 守 (15時まで)	平野 光彬 (15時まで)	小幡 興一	原田 喜比古		
	④	佐藤 晃敏	古田 康	神庭 重信	神庭 重信	山村 結衣		
	⑤			高橋 和史				
眼 科		浅井 裕子 中澤 哲治	浅井 裕子	浅井 裕子 中澤 哲治	浅井 裕子 中澤 哲治	中澤 哲治	不定期 (予約制)	
耳鼻咽喉科		堀口 茂俊	堀口 茂俊	堀口 茂俊	堀口 茂俊		堀口 茂俊	水曜午後・金曜休診
アレルギー科		堀口 茂俊	堀口 茂俊	堀口 茂俊	堀口 茂俊		堀口 茂俊	平日午後・水・土曜 完全予約制
補聴器外来	午後	堀口 茂俊	堀口 茂俊					完全予約制
もの忘れ 外 来	神経内科		高木 隆助 (午後のみ)	羽生 修治 (午後のみ)	前澤 浩 (午後のみ)			完全予約制
	精神科	交 替 制	交 替 制			交 替 制		
リハビリテーション外来		本田 哲三 (午後のみ)					本田 哲三 (午前のみ)	完全予約制(土曜・慢性疼痛外来)

※予約を除き、受付時間は8:15から11:00まで。ただし、整形外科・人工関節外来・再生医療外来は曜日により異なります。 ※土曜日午後は全科休診です。



広報誌 令和8年夏号(第90号)【発行】社会医療法人栗山会 【編集】広報委員会

〒395-8505
長野県飯田市大通1丁目15番地
TEL 0265-22-5150
FAX 0265-22-3988

医療連携室
月～金曜日 8:30～17:00
土曜日 8:30～12:00
TEL 0265-56-0031
FAX 0265-56-0032



Home page