IIDA HOSPITAL

栗山会飯田病院広報誌

2026 VOL.91

# いっくしみ



ご自由にお持ち下さい

TAKE FREE


P2 特集 心肺運動負荷試験(CPX)のご紹介
P7 病院からのお知らせ
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


Instagram

飯田病院　看護部

特集

# 一生動ける体をつくる「運動」というお薬

## ～心肺運動負荷試験（CPX）のご紹介～

運動・心リハチーム　竹内和航

## 「動かないこと」が招く全身の悪循環

「外出するのが億劫になってきた」「動くとえらい」「座ってばかりだからか足がむくむ」――外来で診療をしていると、このような声を耳にする機会が非常に増えています。令和６年の厚生労働省「国民健康・栄養調査」によると、定期的な運動習慣（1回30分以上、週２回、1年以上）を持つ人の割合は、20～64歳で男性27.2%、女性23.4%にとどまり、7割以上の方が慢性的な運動不足に陥っています。65歳以上では半数弱の方が運動習慣をお持ちですが、足腰の痛みや病気への不安をきっかけに、活動量が落ちてしまう方が少なくありません。

しかし、運動不足が続くと、体・心・社会生活のすべてにわたって影響が現れ、さらにそれぞれが負の循環を生んでしまいます。

**身体的悪影響**

心臓のポンプ機能や肺の酸素取り込み能力が低下し、全身の筋肉量も減少（サルコペニア）します。これにより高血圧・糖尿病・脂質異常症といった生活習慣病が悪化し、動脈硬化や心不全のリスクが一気に跳ね上がります。

**精神的悪影響**

体を動かす機会が減ると、脳の血流や神経伝達物質の活性が低下し、気分の落ち込み、慢性的なストレス、不眠、さらには認知機能の低下を招きます。

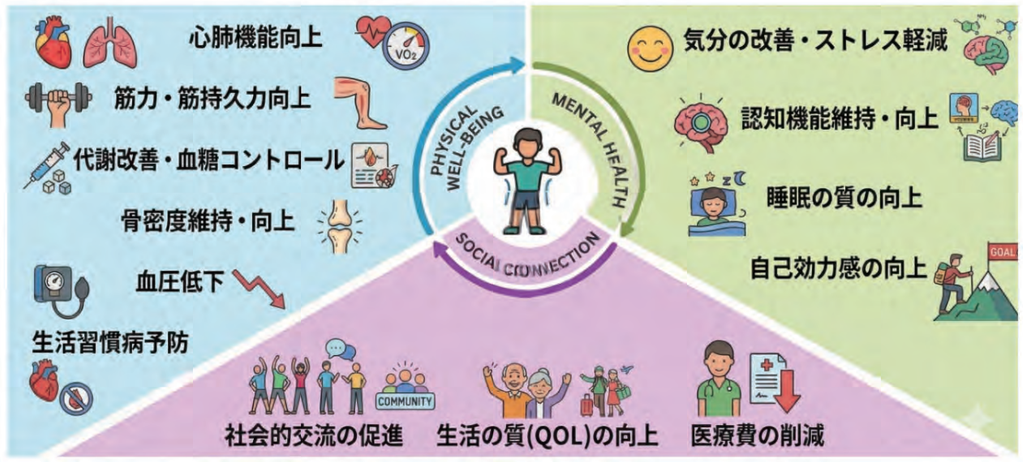
**社会的悪影響**

体力が落ちて外出が億劫になると、家族以外との交流が減り、社会的な孤立が進んで生活の質（QOL）が著しく低下してしまいます。

## Exercise is Medicine（運動はお薬である）

一方で、運動にはこれらすべての悪循環を断ち切る力があります。2007年にアメリカスポーツ医学会が提唱したスローガン「Exercise is Medicine（運動はお薬である）」が示す通り、運動療法は単なる気晴らしではなく、内服薬と同じように確立された「治療手段」なのです（図1）。






【図１：運動がもたらす全身への好循環（身体・こころ・社会）】　著者がGeminiで作成

では、実際にどれくらい動けば効果があるのでしょうか。様々な報告がありますが、一例を挙げてみます。2023年に発表された報告（約22万７千人を対象とした17の研究のメタアナリシス（Banach M, et al : Eur J Prev Cardiol 2023 ; 30 : 1975-1985））では、歩数と健康に関する明確な数値が示されました（図２）。

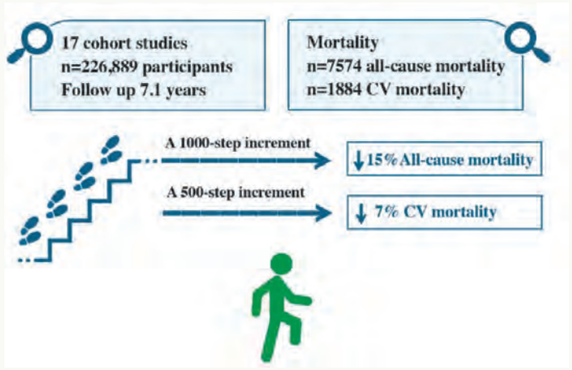



図2：歩数の増加と死亡リスク低下の関連

この研究によると、「1日の歩数が1,000歩増えるごとに、あらゆる原因による死亡リスクが15%低下」し、さらに「500歩増えるだけでも、心血管疾患による死亡リスクが7%低下」することが明らかになりました。激しいスポーツをしなくても、日々の生活の中で少し歩数を増やすだけで、心臓病や脳卒中、糖尿病、認知症、さらには各種がんの予防に直結するのです。

また、ウォーキングなどの「有酸素運動」と、筋トレなどの「レジスタンストレーニング」をバランスよく組み合わせることも重要です。有酸素運動は血圧や心拍数を下げて心肺機能を大きく向上させるのに対し、筋トレは骨密度や除脂肪体重（筋肉量）を増やし、血糖値のコントロールを強力にサポートします。

「病気があるから安静にしていれば安心」という考えは過去のものです。現在では、病気があっても「適切にコントロールされた運動を生活に取り入れることこそが、最も効果的な再発予防・健康寿命延伸の鍵」となっています。

(次のページに続く)

## 写真で見るCPXの具体的な流れ

「限界まで自転車をこぐ」と聞くと少し身構えてしまうかもしれませんが、検査は医師・臨床検査技師・理学療法士のスタッフが常時モニターを監視しながら安全第一で行います。全体の所要時間は約40〜50分、実際に自転車をこぐ時間は10〜15分程度です。



写真1：検査準備

### ステップ1　検査準備（約15分）

- 当日の体調確認をします。
- 体組成計に乗り、体重や筋肉量、基礎代謝量を測定します。
- 呼気ガスを分析する専用マスク、心電図、血圧計を装着します。

### ステップ2　安静時測定（3分）

- 自転車エルゴメーターのサドルに座った状態で安静時の数値を測定します。



写真２：自転車エルゴメーターに乗車

### ステップ3　ペダルこぎ運動（約10分）

- ペダルが非常に軽い状態からスタートします。
- 1分ごとに滑らかにペダルが重くなっていきます（ランプ負荷法）。
- 呼吸や足が限界近くになるまで頑張っていただきます。検査中は声が出せませんが、限界の際は手の合図で意思疎通が可能です。その他、安全面を考慮しこちら側で終了することもあります。

### ステップ4　クールダウンと休息（約5分）

- 強い運動が終了した後も数分間、心拍数や血圧が正常に戻るまではペダルをこいでいただきます。
- こちらの合図でペダルを止めていただき、専用マスクなどを外していきます。
- 水分を補給し、汗を拭いて休憩していただきます。

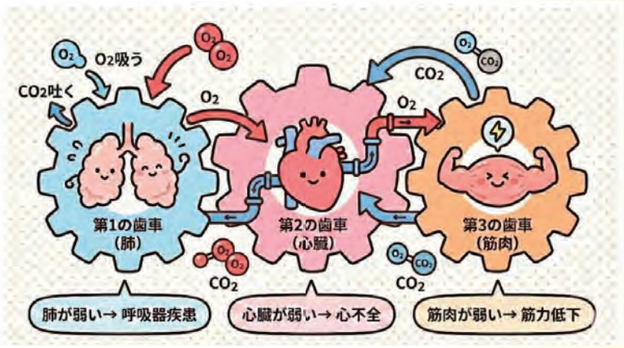
(次のページに続く)

## 運動は「両刃の剣」の側面がある

運動には素晴らしい効果がある一方で、やり方を間違えると「持病の悪化」「関節の障害」「重大な不整脈や心臓発作」を引き起こすという「両刃の剣」の側面も持っています。

「運動不足は体に悪い（動かない危険）」と「無理な運動は心臓に悪い（動きすぎる危険）」——この２つのリスクの狭間で、「一体どのくらい動けばいいのか分からない」という悩みを抱えている方も少なくないでしょう。自分にとって強すぎる運動は命に関わるリスクとなり、弱すぎる運動では十分な健康増進効果が得られません。

そこで飯田病院が導入し、力を入れているのが心肺運動負荷試験（CPX：Cardiopulmonary Exercise Testing）です。CPXは、専用マスクを装着して自転車をこぎながら、吐き出す息（呼気ガス）を分析する検査です。体内に入った酸素が、肺から心臓へ、そして筋肉へとどれくらい効率的に受け渡されているかをリアルタイムで測定します。酸素の受け渡しの効率性は、よく歯車をモデルとして考えられます（図３）。




【図3：ワッサーマンの歯車モデル（肺・心臓・筋肉の連携）】　著者がGeminiで作成

具体的には、以下のことが分かります。

| | |
|---|---|
| ●安全限界の把握 | 不整脈や血圧の異常上昇、心臓の虚血（酸素不足）が起こらない「安全な運動の上限」。 |
| ●最適な運動強度（嫌気性代謝閾値） | 息が上がりすぎず、乳酸が急激に溜まり始めない、最も脂肪燃焼効率が高く心臓を守る運動強度。 |
| ●客観的な体力年齢（最高酸素摂取量） | 同年代の平均と比較して、ご自身の心肺持久力が何歳相当であるか。 |

## 市民公開講座のおしらせ

公演内容

# 100歳まで自分の足で歩くために

**11/7(土)**　開場：13：30～
開演：14：00～15：30

会場：飯田病院1F
エントランスホール

入場・参加 **無料**




**第一部**　100歳まで自分で歩こう！
骨と筋肉のすごい力
鈴木 健太郎●飯田病院 副院長

**第二部**　100歳まで血管を元気に保とう！
糖尿病とのつきあい方
朔 哲洋●内科医師

**同時開催！**　13時～14時：血糖測定
13時～15時：骨密度測定

## ワクチン・予防接種のおしらせ

### コロナワクチン接種のご案内

2026年9月29日

**予約期間**
10月6日（火）
～3月30日(火)
（休診日を除く）

**実施期間**
10月13日（火）
～3月31日(水)
当院接種実施日のみ(休診日を除く)
※期間内でも薬液がなくなり次第終了

**予約方法**
【窓口:総合受付】
月～土曜日　9:00～17:00
（休診日を除く）
【電話】
月～金曜日　14:00～17:00
（休診日を除く）
予約専用電話番号
0265-48-6252
【WEB】
こちらのQRコード、もしくは当院ホームページから予約サイトにアクセスしてください

**実施日・時間**
月～土曜日　9:00～11:00
月～金曜日　14:00～15:00
※外来診療の間に入って接種していただきますので、お待たせすることがあります

**使用ワクチン**
ファイザー コミナティ
（mRNAワクチン）
（SARS-CoV-2 オミクロン株 XFG）

**費用**
【65歳以上】市町村による
（市町村発行の予診票をご持参ください）
【12歳以上64歳まで】
15,600円

**対象者**
12歳以上の方
※妊婦は産婦人科医の許可が必要です
※15歳以下の方は保護者同伴を原則とします

●コロナワクチンは前回接種より3ヶ月の間隔が必要です。接種日程には十分ご注意下さい。
●インフルエンザワクチンとコロナワクチンは医師の許可により同時接種が可能です。

社会医療法人 栗山会 飯田病院
〒395-8505 長野県飯田市大通1-15
予約専用 0265-48-6252
代表電話番号 0265-22-5150

### インフルエンザ予防接種のご案内

2026年9月29日

**予約期間**
10月6日（火）
～1月14日(木)
（休診日を除く）

**実施期間**
10月13日（火）
～1月15日(金)
当院接種実施日のみ(休診日を除く)
※期間内でも薬液がなくなり次第終了

**予約方法**
【窓口:総合受付】
月～土曜日　9:00～17:00
（休診日を除く）
【電話】
月～金曜日　14:00～17:00
（休診日を除く）
予約専用電話番号
0265-48-6252
【WEB】
こちらのQRコード、もしくは当院ホームページから予約サイトにアクセスしてください

**実施日・時間**
【集団接種】
金曜日　15:00～16:00
(10/30, 11/6)
土曜日　13:30～15:00
(10/24, 11/14, 21, 28, 12/5)
【個別接種】
月～土曜日　9:00～11:00
月～金曜日　14:00～15:00
(10/30, 11/6 を除く)
※外来診療の間に入って接種していただきますので、お待たせすることがあります

**費用**
【65歳以上】市町村による
（市町村発行の予診票をご持参ください）
【12歳以上64歳まで】
4,800円

**対象者**
12歳以上の方
※妊婦は除きます
※15歳以下の方は保護者同伴を原則とします

●インフルエンザワクチンとコロナワクチンは医師の許可により同時接種が可能です。
●予約期間終了後に接種を希望する場合は、総合受付へお問い合わせください。

社会医療法人 栗山会 飯田病院
〒395-8505 長野県飯田市大通1-15
予約専用 0265-48-6252
代表電話番号 0265-22-5150



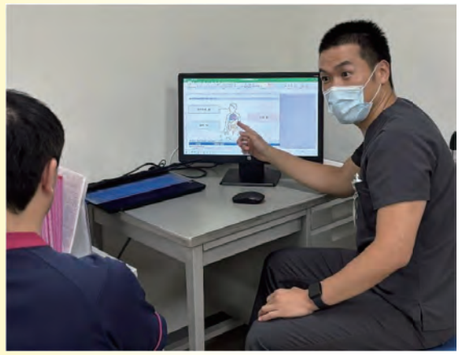


写真３：結果説明と運動処方

## ステップ5　結果説明と運動処方

- 解析したデータをもとに、医師から結果をご説明します。
- 医師・理学療法士からあなた自身に向けた運動指導を行います。
- 心臓病の治療歴がある方や、保険基準を満たす方には、当院の「外来心臓リハビリテーション」への参加をご案内し、専門スタッフの見守りのもとで安全な体力づくりを支援します。

## 運動・心リハ外来のご案内

「高血圧や糖尿病があるけれど、どれくらい歩けば安全？」「心臓病を患ってから動くのが怖くなった」「一生自分の足で元気に歩き続けたい」という方は、ぜひお気軽にご相談ください。

**当院では毎週金曜日10時から「運動・心リハ外来」を開設しています。**

### 当院に通院中の方

定期受診時に、「心肺運動負荷試験を受けてみたい」「安全な運動量を調べたい」と主治医へお申し出ください。健康状態や検査結果を確認の上、運動・心リハ外来の予約をお取りします。

### 当院に通院中でない方

お電話等で運動・心リハ外来への受診をご相談ください。



ご自身が今後どのように生きていきたいか。年を重ねても元気活発でいたいのであれば、まずはご自身の体を知ることから始まります。その上で、できることからコツコツとやっていきましょう。高齢者だけでなく、働く年代の方も同様ですよ！一緒に頑張っていきましょう！





シリーズ 医師紹介

精神科医師
平野 光彬 (ひらの みつあき)

令和7年10月から精神科医としてお世話になっております、平野光彬と申します。もともと愛知県の精神科病院やクリニックで勤務しておりますが、飯田病院とのご縁があり、水曜日の外来を担当させていただくことになりました。名古屋ではなかなか出会えないような新鮮な野菜や果物が、身近な場所で手に入ることに感動しています。

南信地域に来てまず驚いたのは、農作物が本当に美味しいことです。名古屋ではなかなか出会えないような新鮮な野菜や果物が、身近な場所で手に入ることに感動しています。以前から家庭菜園をやりたかったのですが、昔ベランダでキュウリを育てていて、ようやく初めての実がなりそうだったのに当直明けに帰宅したら枯れてしまっていたことがありました。酷暑の年でした。もちろんうまくやれば育てようはあったのでしょうが、何かを育てる環境として、厳しいものを感じました。

飯田の夏も暑いですが、周囲の自然環境が豊かで、夜の気温がしっかり下がってくれるように思います。この寒暖差が作物によいのでしょう。

せっかくなので何か育てたいと思い、先日ブルーベリーの若木を阿南町の農園で買いました。ブルーベリー狩りが好きで色々行くのですが、ブルーベリーは品種ごとに特徴があり、食べ比べるのが楽しいです。しかも育てる環境や、その年々によっても変化するのが面白いと感じます。この前オーゼキブルーという品種を食べたのですが、小粒だけれど甘味がしっかりして酸味とのバランスもよく非常に美味しかったです。一方でタイタンという品種は、見た目は５００円玉ほどもあり特大で迫力があるのですが、味は大味でした。映えがもてはやされる世の中ですが、見かけだけでなく内面こそ大事にしなければいけないと思っています。うちの木はまだ2年生なので実がなるのは数年後ですが、今から楽しみにしています。南信地域は直売所文化が盛んで様々な場所にあり、訪れるのが楽しいです。いつか栽培がうまくいって、美味しくたくさん生産できるようになったら、自分も少し出荷してみたいです（夢のまた夢かもですが）。

ここまで原稿を書いてきて、ほとんど趣味の話になってしまったナァと反省していますが、作物を育てることと精神科外来はどこか通じるものがあるとも感じています。その人の成長や回復をそばで支えながら見守っていくことが、自分の役目だと思っています。飯田病院でも、地域の皆さまのお役に立てるよう努めてまいりますので、今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。





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.17

from アップルハイツ飯田



秋の風が心地よく感じられる季節になりました。夏の暑さが和らぎ、「何か運動を始めてみよう」と考えている方も多いのではないでしょうか。
以前、速歩についてご紹介させていただきましたが、「ちょっと速歩きは…」という方にはぜひ短時間でも良いのでウォーキングをおすすめします。
今回はそのウォーキングと慢性腰痛に関する研究をご紹介させていただきます。



オーストラリアの理学療法士らは約700名の男女を対象に12～36ヶ月の追跡調査をおこない、日常生活に支障をきたすような痛みを経験（腰痛の再発）するまでの日数について、「ウォーキング」をする・しないで比較しました。

## 「慢性腰痛の再発予防には ウォーキング が効果的であり、再発のリスクがほぼ半減した」と報告

座りっぱなしが多い現代人の生活習慣により、2050年までに世界で8億人以上の人々が腰痛を抱えて暮らすことになるといわれているほか、腰痛の70%が1年以内に再発するとのデータもあるため、とても有益な情報です。

以下に本研究のプログラムを載せますが、初めからそれ通りに取り組むのではなく、取り入れやすい頻度や時間から始めていき、徐々に近づけていくことが習慣化しやすいポイントです。

スポーツの秋ともいわれるように、秋は運動を楽しむのにぴったりの季節です。心地よい汗を流しながら、体も心もリフレッシュしてみてはいかがでしょうか。



### 研究のウォーキングプログラム

追跡期間12～36ヶ月　週5日、30分以上を目標

### 研究チームからのアドバイス

- 時間は徐々に増やす：週1～2回、10～15分程度から始め、徐々に目標値へ増やす。
- 軽い痛みを恐れない：初めは多少の痛みを感じる。継続すると筋肉が強化され再発リスクが低くなる。
- 仲間をつくる：専門家の協力を仰ぐのも良いが、家族や友人など仲間をつくるのも効果的。
- 記録をつける：成果の確認や目標を明確にしやすい。

●執筆：米山健太（理学療法士）
●監修：大原愼司（医師）

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)

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』→



シリーズ 職場紹介



No. 48

## 精神科作業療法室

リハビリテーション（以下リハビリ）の専門職は、大きく分けて理学療法・作業療法・言語療法の3種類があります。その中でも作業療法には、精神科分野のリハビリがあります。私たちは、その精神科のリハビリを担っているメンバーです。

骨折をしてリハビリをする、脳梗塞になってリハビリをする、心臓の手術をしてリハビリをする、と同様に、統合失調症やうつ病等で生活に困りごとを感じている方に対しても同じようにリハビリを行います。

作業療法の「作業」にはたくさんの意味が含まれています。着替えやトイレにいくこと、家事をすること、仕事、地域での活動、余暇（遊び）等、生活している上で行なっていることのほとんどが「作業」と言えます。

お写真を見ていただくと、何をしているの?と思うかたも多いと思います。作業療法は、「その人らしい」生活の獲得を目標にしています。

精神科のリハビリに来られる方は、怪我はしていなくても、見えない部分での困りごと（精神症状やそれに伴う障害）があります。同じ病気でも同じリハビリをすることはありません。ひとりひとり、どんな生活を送りたいか、何が幸せか、「その人らしい」を一緒に探し、考え、その方にあった作業を用いて、その方の持っている力を引き出し、目標に向かってリハビリをしています。

自宅にこもりがちのため外へ出るきっかけ作り、生活リズムを維持して安定した生活を送る、就職や復職を目指す、など様々な方がご利用されています。写真のような作業を通し、集中力をつける、順序だてて物事に取り組む力をつける、余裕を持つ、コミュニケーションの練習をする、など様々なリハビリを行っています。

飯田下伊那地区では精神科の作業療法を行っている場所は飯田病院のみです。あまり知られていないので、この機会に知っていただけたら嬉しいです。



栄養科 おすすめレシピ

食物繊維豊富！

# 糸昆布の炒め煮

この料理は、材料に海藻や糸こんにゃくを使い、普段不足しがちな食物繊維が豊富です。和風の味付けでご飯のおかずにもピッタリ。野菜不足や便秘気味の方におすすめのレシピです。



油揚げの他に鶏肉などのタンパク質食品を加えても美味しくいただけます。



### 材料（4人分）

| | |
|---|---|
| ・糸昆布(乾燥) | 10g |
| ・しらたき | 80g |
| ・にんじん | 40g |
| ・油揚げ | 24g(3枚) |
| ・油 | 小さじ1 |
| ・砂糖 | 小さじ1弱 |
| ・酒 | 小さじ1弱 |
| ・しょうゆ | 小さじ1強 |
| ・かつおだし(粉末) | 適宜 |
| ・生姜 | 適宜 |

### 作り方

❶ 糸昆布は10分ほど水に漬けてもどす。
　にんじんは千切り、油揚げは半分に切って細切りにする。
❷ しらたきは湯がいて、食べやすい長さに切る。
❸ 鍋に油を熱し、しらたきを炒める。
❹ ③に残りの材料を入れて軽く炒める。
❺ 材料に油が回ったら、かぶるくらいの水と調味料・すりおろした生姜を入れ、汁がなくなる寸前まで煮る。

1人分　エネルギー・・・50kcal　脂質・・・・・・3.1g　食塩相当量・・・0.5g
たんぱく質・・・1.8g　食物繊維・・・2.1g

# 飯田病院 外来診療表

2026年10月現在

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 内科 | ① | 髙木 隆助 | 髙木 隆助 | 髙木 隆助 | 大原 愼司 | | 交替制 | 平日午後は予約制<br>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）<br>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 | 花﨑 和弘 | 渡部 秀雄<br>長沼 邦明 | 福岡 秀樹 | | 羽生 修治（第1,2,3週）<br>後藤 由也（第4週） | | |
| 神経内科 | | 髙木 隆助 | 髙木 隆助 | 髙木 隆助 | 大原 愼司 | 関島 良樹（第1,3週）（信州大学）<br>羽生 修治（第1,2,3週）<br>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 愼司 | | 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<br>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<br>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<br>月・土曜休診<br>水曜完全予約制 |
| | ② | | 森田 誠市 | | 森田 誠市 | 森田 誠市 | | |
| | ③ | | 後藤 博志 | 柴田 祐充子 | 後藤 博志 | 後藤 博志 | | |
| 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<br>一條 友孝<br>信州大学医師 | 月 火 水<br>受付10時迄 受付10時迄 受付10時迄<br>午後休診 午後休診 午後休診<br>木 金 土<br>予約制 午後予約制 電話確認必要 受付10時半まで |
| | 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 | |
| | 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<br>受付10時まで |
| 再生医療外来 | 午前 | 鈴木 健太郎 | | 鈴木 健太郎 | | | | |
| 精神科 | ① | | | 松田 あずさ（15時まで） | 神庭 靖子 | 岡﨑 駿介 | | 土曜休診<br>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 | 岡﨑 駿介 | 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<br>中澤 哲治 | 浅井 裕子 | 浅井 裕子<br>中澤 哲治 | 浅井 裕子<br>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<br>平日午後・水・土曜<br>完全予約制 |
| 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 | |
| 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 | | 髙木 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 | | |

※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。


社会医療法人 栗山会 飯田病院

〒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



広報誌 令和8年秋号（第91号）【発行】社会医療法人栗山会 【編集】広報委員会