

ご自由にお持ちください

 Toda Medical Group
戸田中央医科グループ



熱海所記念病院 広報誌

ひまわり

夏
Vol.122
2019 summer

【特集】小児科のご案内

- ◇日曜日に乳がん検診が受けられます
- ◇TOKORO NEWS
- ◇MSW (医療ソーシャルワーカー) : 施設紹介『いとうの杜』
- ◇地域医療連携課: 連携施設紹介『ライフケア診療所』
- ◇検査科: 検査項目の見方『電解質』について
- ◇栄養科: 季節のおかず『夏野菜たっぷりスタミナ丼』
- ◇栄養科: 食事アンケート結果
- ◇TOKORO information

小児科 診療のご案内

7月から火曜日の診療が毎週になりました

	月	火	水	木	金	土
午前	有井 直人 (午前1・3・5週) 小児科一般 [専門]神経・内分泌 順天堂大学 静岡病院医師 (午前2・4週)	竹下 英里 小児科一般 [専門]アレルギー	三浦 孝夫 小児科一般 [専門]腎疾患	鈴木 健之 小児科一般 [専門]小児外科 消化器	岩間 カールソン 彩香 小児科一般 [専門]甲状腺	寒竹 正人 (4週のみ) 小児科一般 [専門]発達障害
午後	順天堂大学 静岡病院医師 小児科一般	竹下 英里 小児科一般 [専門]アレルギー	三浦 孝夫 小児科一般 [専門]腎疾患		岩間 カールソン 彩香 小児科一般 [専門]甲状腺	

気になることがあれば、
お気軽にご相談ください



- 【感染症】 風邪・インフルエンザ・RS ウィルス・プール熱・水痘・おたふくかぜ・溶連菌感染症・突発性発疹・中耳炎 など
- 【アレルギー疾患】 気管支ぜんそく・アトピー性皮膚炎・食物アレルギー・アレルギー性鼻炎・じんましん など
- 【腎臓疾患】 尿路感染症・血尿・夜尿症(おねしょ)・学校検診等による尿再検査 など
- 【呼吸器疾患】 気管支炎・肺炎 など
- 【消化器疾患】 急性胃腸炎・便秘・下痢・血便 など
- 【小児外科】 臍ヘルニア(でべそ)・包茎 など
- 【内分泌・代謝】 甲状腺疾患・低身長・糖尿病 など
- 【心臓疾患】 川崎病・不整脈・学校検診等による心電図異常
- 【神経疾患】 熱性けいれん・てんかん・発達遅延 など
- 【発達障害】 起立性調整障害・ADHD・うつ病・不登校 など



小児科医師紹介

「小児科」は、子供を全体的に診る科です。外傷以外の全ての疾患を総合的に診察します。子供の病気で何科に診察するか迷った場合は、まず小児科に来て下さい。診察の上、必要があれば適切な科に紹介します。(50音順)

非常勤医師

有井 直人

出身大学：順天堂大学 平成11年卒
専門分野：小児科一般、神経、内分泌
資格：日本小児科学会専門医
順天堂大学医学部附属静岡病院小児科准教授

小児科は「小児総合診療内科」です。お子さまのことで困った事や気になることがあれば、何でも私たち小児科医にお尋ねください！



非常勤医師

岩間カールソン彩香

出身大学：東京女子医科大学 平成9年卒
専門分野：小児科一般・甲状腺
資格：日本小児科学会専門医、日本甲状腺学会専門医、医学博士
東京女子医科大学東医療センター非常勤講師

小児科一般と、甲状腺に関しては子供から大人まで診療しています。甲状腺の病気は、思春期以降の女性に多いですが、そのために妊娠や出産を諦めなくてはならないことは、まずありません。また、昆布など養蚕の接種を控えてはならない場合もほとんどないことが分かってきました。ご心配なことがありましたらどうぞご相談ください。



非常勤医師

寒竹 正人

出身大学：千葉大学 昭和63年卒
専門分野：小児科一般、発達
資格：日本小児科学会認定医、日本小児科学会専門医、日本周産期新生児学会新生児専門医、順天堂大学医学部附属静岡病院小児科先任准教授

小さく生まれた子、そうでないお子さん、どちらも発達について気になることがあればご相談ください。



非常勤医師

鈴木 健之

出身大学：山梨大学 平成16年卒
専門分野：小児科一般、小児外科
資格：日本外科学会専門医

患者さまの目線に立った診療を心がけています。腹部や消化器系の診療を得意としています。

非常勤医師

竹下 英里

出身大学：新潟大学 平成6年卒
専門分野：小児科一般、アレルギー
資格：日本小児科学会専門医

お子さまの健やかな成長のお手伝いをさせて頂きたいと思います。一般小児科、乳児健診、予防接種を行っています。



予防接種【要予約】

受付時間 午前 / 11:00 まで
午後 / 15:30 まで



予約受付 (前日までに電話下さい)

[月~金] 9:00 ~ 17:00 [土] 9:00 ~ 12:00
☎0557-82-3000

休診の場合がございますので来院前にホームページまたはお電話にてご確認ください。



定期健診【要予約】



2019年
10月20日



多忙な平日を
お過ごしの方へ



日曜日に 乳がん検査を 受けられる日です。



当院では
女性診療放射線技師による
検診が受けられます。

お手元に受診券が
届いていませんか？

熱海市市民検診

2019年6月1日～2月28日まで
対象者：熱海市に住民登録のある
40歳以上の偶数年齢の女性
自己負担金：1,000円
※詳しくは熱海市より配布された受診券をご覧ください

市民検診対象ではないけれど
検診を受けたい方へ

マンモグラフィ検診

◆マンモグラフィ検査のみ
4,980円
結果は後日郵送となります。

予約受付：0557-85-1063

10:00～17:00※土曜日は12:00まで

マンモグラフィとは??

マンモグラフィは早期の乳がんを発見できる乳房専用のX線撮影のことです。

撮影にかかる時間は20分程度

乳房専用の撮影室での検査になります。一方の乳房につき1～2方向の撮影を行います。乳房を圧迫しながらの撮影になるため、痛みをともなう事もあります。(圧迫することにより、立体的な乳房より広くみせることができます)

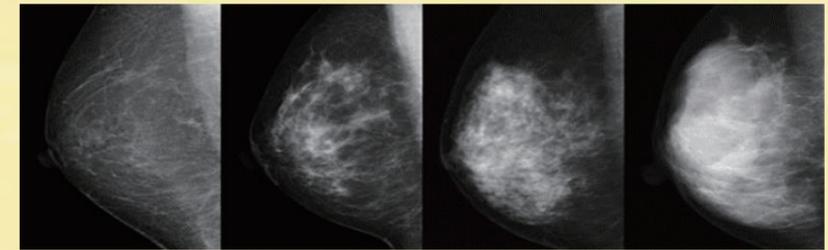
被ばく線量はごくわずか

マンモグラフィはX線検査なので、放射線被ばくがありますが、乳房だけの部分的なもので、1回の画像の撮影で受ける放射線の量は、東京からニューヨークへ飛行機で行くときに浴びる自然放射線(宇宙線)の約半分です。マンモグラフィ撮影による危険性はほとんどありません。一般的に「40歳を過ぎた方は2年に1度マンモグラフィを受けましょう」と言われていますが、毎年受けても被ばくなどの問題はなりません。それより、撮影によって早期乳がんが発見できることのメリットの方がはるかに大きいのです。

放射線科が舞台のドラマでも話題になった

「デンスブレスト(高濃度乳腺)」

マンモグラフィでは乳がんが見つかりにくいタイプの人があります通常のマンモグラフィの画像では乳腺部分が白く映ります。乳腺濃度はマンモグラフィで知ることができますが、個人差があります。乳腺濃度によって次の4つのタイプに分類されます。



①脂肪性 ②乳腺散在 ③不均一高濃度 ④高濃度

①は全体的に黒っぽく映るのに対し、④はほとんど真っ白に映っています。
③、④のように画像上全体が白く映るタイプの人を【デンスブレスト(高濃度乳腺)】といいます。
【デンスブレスト(高濃度乳腺)】とは、乳腺の量が多く乳房内の脂肪が少ない胸のことです。
通常のマンモグラフィでは白く映る乳腺ですが、がんを含めたしこりも白く映るため、デンスブレストのように乳腺濃度が多く密集していると、発見しにくくなる傾向にあります。
※熱海市市民健診の場合は③④の場合は記載がございません。

乳腺もがんを含めたしこりも白く映るため、がんを見つけにくい……。
一般に「乳腺濃度」は若年者ほど高く、20～30代の方の乳がん検診では、マンモグラフィよりも超音波検査のほうが適しています。日本人は高齢でも「乳腺濃度」が高いままの人が少なくないので、一概に「40歳を過ぎればマンモグラフィがよい」と言い切ることはできません。現在、日本人の40%がデンスブレストと言われています。

しかし、マンモグラフィは乳房内の「石灰化」の発見に適した検査です。

マンモグラフィ検査で「石灰化」を見つけることは、乳がんの早期発見にもつながります。だからこそ乳がん検診に際しては、自分の「乳腺濃度」を知ることともに、定期的な受診が大切です。



微細石灰化像
(白く粒々したもの)

料金のご案内

マンモグラフィ検診

マンモグラフィ・診察・触診 8,000円

エコー検診

エコー検査・診察・触診 6,000円

オプション

エコー検査 3,400円

採血(腫瘍マーカー2項目) 4,400円

熱海市市民健診

熱海市在住40歳以上女性(2年に1度)

マンモグラフィ 1,000円

2019年 5月～7月 TOKORO

NEWS !

熱海所記念病院の勉強会や行事のご紹介します。

新入職員BLS研修

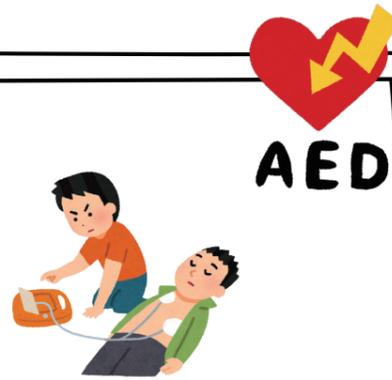


今年度も新人全職員対象にBLS研修を行いました。この研修は、10年ほど前より行われています。医療に携わる者としての自覚と責任を持つという意義があり職種に関係なく全員が受講します。皆、真剣に受講し命の大切さを理解しました。

ICLS研修



ICLS研修は、全看護師・准看護師対象です。月2回1年間で全員が受講します。医師の指導の下、1チーム4名ずつとし、患者の急変を発見したところから、一連の蘇生術やその介助方法を学びました。人形を介して気管内挿管を経験できた有意義な研修になったと思います。



5.21 救急医療勉強会



救急に従事するお互いのスキルアップ並びに更なる連携強化を図るために、近隣消防署の救急隊員を対象とした勉強会を開催しました。10回目となる今回は、脳神経外科 望月悠一医師による『Face to ADの初期報告』と題した講演を行いました。講演後のアンケートでは「今後の活動の参考になる勉強会でした。」等のご意見を頂きました。

6.29 話の図書館



6月29日(土)に当院外来ブースにて、『話の図書館(地域公開講座)』を開催しました。当院内科の和田雄樹医師による「糖尿病のお話」、栄養科管理栄養士の浅村碧さんによる「美味しく食べる糖尿病食」と題し、講演を行いました。生活習慣病である糖尿病をテーマにしたこともあり、悪天候の中でしたが多くの皆様にご参加頂きました。和田先生からは、糖尿病がどのような病気なのかを多くのイラストを交えながら詳説。浅村さんからは食事の際の注意点等を説明しました。今後も地域の皆様の健康に貢献できるような講座の開催に努めてまいりたいと思います。

7.6 七夕まつり

今年もサービス向上委員会主催の入院患者さまを対象とした七夕まつりを開催しました。当院スタッフが用意した「かき氷・魚釣り・的あて・ネイル・写真撮影・ななみ音楽隊による七夕コンサート」を、皆さん楽しんでいらっしゃいました。特に写真撮影コーナーではお見舞いにいらしてのご家族や、整形外科 市川先生、脳神経外科 丹羽先生と一緒に写真を撮られている方がいらっしゃり、大好評でした。撮った写真はその場で印刷し、手作りのフォトフレームへお入れして患者さまへ差し上げました。



医療ソーシャルワーカー
MSWによる
施設紹介
医療ソーシャルワーカーが近隣の施設をご紹介します。



MSW（医療ソーシャルワーカー）とは、保健医療分野におけるソーシャルワーカーであり、主に病院において『疾病を有する患者等が、地域や家庭において自立した生活を送ることができるよう、社会福祉の立場から、患者や家族の抱える心理的・社会的な問題の解決・調整を援助し、社会復帰の促進を図る』専門職です。

介護老人保健施設
いとうの杜

介護老人保健施設 いとうの杜

所在地：静岡県伊東市湯川 288 番地 9

連絡先：0557-35-4165

- 利用可能サービス：①施設入所（認知専門棟あり）
②短期入所
③通所リハビリ（デイケア）

利用できる方：①要介護 1～5 の方

②③要支援 1・2、要介護 1～5 の方

（利用可能日数などは介護度により制限があります）

施設の特徴：介護老人保健施設は、治療をする病院とは異なります。

生活をして頂きながら、リハビリをし、レクリエーションをし、また、ケアを行っていきます。

生活スタイルを守ること・・・それは家庭復帰への近道であると考えます。

※利用希望の際には、当院医療ソーシャルワーカーまたは担当ケアマネージャー様にご相談ください。



ご利用までの流れ

①お問い合わせ

②ご相談

③説明・見学

④申込書

⑤面接

⑥入所決定

地域医療連携課職員による
連携登録医療機関のご紹介

先生からの一言
当院の患者さんはご高齢の方が多いので、自分の親だったらどうするかなと考え診療を行っています。



院長 田中 英穂 先生

ライフケア診療所

内科・循環器内科・外科



地域医療連携課から

中銀ケアホテル熱海のB棟5Fにある診療所です。入所をされている方はもちろんの事、近隣の皆さまの健康も支えていらっしゃる先生です。

診療科は、主に内科ですが、かかりつけ医として循環器・外科など幅広く診察をしています。毎月何度が訪問をさせて頂き先生とお話をしますが、気さくでハキハキとした言動の中に、真摯な人柄を感じることができます。病気の時は心細くなるものですが、とても頼もしく感じられると思います。

また、診療所からは熱海の景色を一望できとても開放感があるので、心身ともにリラックスして治療を受けることができます。

実際、当院への通院が困難になってしまった患者様が、今後はライフケア診療所さんに通院をしたいと希望される事も多く、先生のお人柄に惹かれているのではないのでしょうか。今後ともより一層の顔の見える連携を心がけ、地域の皆さまの健康を共に支えていければと願っております。



受付時間：平日 9：00～11：30 15：00～16：30

※月PM・金PMは梅園ヘルスケアクリニックにて診療

休診日：月曜日午後・金曜日午後・土日祝日

住所：〒413-0019 熱海市咲見町6-5 B棟5F

TEL：0557-82-7628

検査科 検査項目の見方

検査技師が検査項目について解説します。

今回は『電解質』について解説します！



電解質について

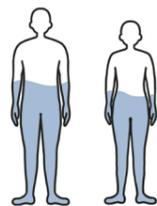
人の体液(水分)には生命活動に重要なミネラルが溶けた状態で存在します。電解質とは、水に溶けて電気を通すミネラルのイオンのことを指します。

主な電解質にはNa、Cl、K、Ca、IP、Mgなどがあり、血液検査で測定できます。体内の水分や酸と塩基のバランス(体内のpH)を一定に保ったり、神経や筋肉の伝達など多様な役割を果たしています。

体内で合成することが出来ず、ほとんどが食事からの摂取となります。主に腎臓で調節されるため、腎臓の機能が悪くなり電解質のバランスが崩れると、むくみが出たり、高血圧や心不全などをもたらします。生命の危機に関わることもあります。また、過度の発汗、嘔吐や下痢による脱水などによりバランスがとれなくなります。

【基準値】

Na: 135 ~ 147mEq/L Cl: 98 ~ 108 mEq/L K: 3.5 ~ 5.0 mEq/L
Ca: 8.2 ~ 10.2 mg/dL Mg: 1.9 ~ 2.5 mg/dL IP: 2.5 ~ 4.3 mg/dL



【主な役割】

Na(ナトリウム): 体内の水分量や浸透圧の調節、神経の伝達、筋肉の収縮などに関わる
Naは主に食塩に含まれています。Naが多いと体内に水がたまり、むくみや高血圧の原因になります。嘔吐、下痢などによる脱水症などでも高値になります。

Cl(クロール): 体内の水分量や浸透圧の調節、胃酸の分泌などの関わる
大部分はNaと一緒にNaClとして存在し、体内の水分量やpHを調節しています。

K(カリウム): 神経の伝達、筋肉の収縮、心臓の収縮などに関わる
高値では不整脈、低値ではけいれんや筋力低下、意識障害などが出現する場合があります。
体内のKのほとんどは尿により排泄されるため、腎機能の低下で尿量が少なくなるとKは高くなります。普通の食生活で取りすぎることはほとんどありませんが、腎機能が低下している場合、摂取量には注意が必要です。また、激しい運動や溶血性疾患では細胞内のKが細胞外へ放出されるため、値が上昇します。

Ca(カルシウム): 神経の伝達、筋肉の収縮、骨や歯をつくる、血液を固めるなどに関わる
体内のCaは99%が骨の中に存在し、血液中のCaが低下すると、骨から血液中に移動してCa濃度を維持します。濃度は副甲状腺ホルモンやビタミンDなどで調節されています。

Mg(マグネシウム): 筋肉の収縮、骨や歯をつくる、酵素の活性化などに関わる
IP(無機リン): 体内での糖代謝、エネルギー代謝などに関わる

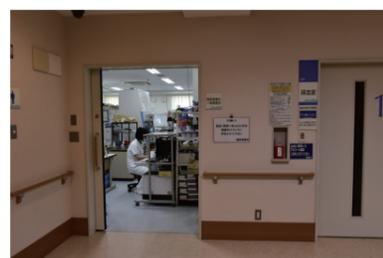
検査の際は検査科職員へお声掛けください。検査室は2階奥です。



エレベーターを降りると右手奥です。



階段からは左手奥です。



検査室です。

栄養科 管理栄養士の

季節のおかず

夏野菜たっぷり スタミナ丼



★材料 (2人分)

・豚うす切り肉	100g	☆醤油	大さじ1
・ズッキーニ	1/2本	☆みりん	大さじ1/2
・ナス	1本	☆砂糖	小さじ1
・ミニトマト	4個	☆豆板醤	小さじ2/3
・オクラ	4本	・白ごま	少々
・油	適量	・温泉卵	2個
・にんにく	1かけ	・ご飯	2人分

★作り方

- ①にんにくは薄切りにする。
- ②ナス・ズッキーニは輪切りにして水にさらし、アクを抜く。
- ③ミニトマトは半分に切る。
- ④オクラは先を落としてガクを一周取り除く。
- ⑤フライパンに油を引き、にんにくを入れて火にかけ、香りがたったら豚肉を加え炒める。
- ⑥豚肉の色が変わってきたら、ナス・ズッキーニ・オクラを加えて炒め合わせる。
- ⑦全体がしんなりしてきたらミニトマトを加えてさらに炒める。
- ⑧全体に火が通ったら、☆の調味料を加えて炒める。
- ⑨ご飯の上に盛り、中心に温泉卵をのせ、白ごまをふる

★栄養・効能

夏野菜の代表格であるズッキーニは、見た目はきゅうりに似ていますが、ウリ科カボチャ属でカボチャの仲間です。ズッキーニには、カリウムが豊富に含まれ、高血圧予防・むくみ解消等の効果があります。また、緑黄色野菜に多く含まれるβ-カロテンも豊富です。β-カロテンは紫外線対策に有効なビタミンであり、夏には積極的に摂りたい栄養素です。

一般的な丼物料理は栄養が偏りがちですが、今回の献立は、野菜をたっぷり使用しているので、一品で主食・主菜・副菜が揃い、栄養バランスがとても良いです。

夏は、暑さや湿気で疲れやすくなるので、1日3食、栄養バランスの良い食事を摂り、元気に過ごしていきましょう！



●栄養価 (1人分)
エネルギー: 663kcal
たんぱく質: 24.9g
脂質: 22.2g
塩分: 2.1g



食事アンケート結果

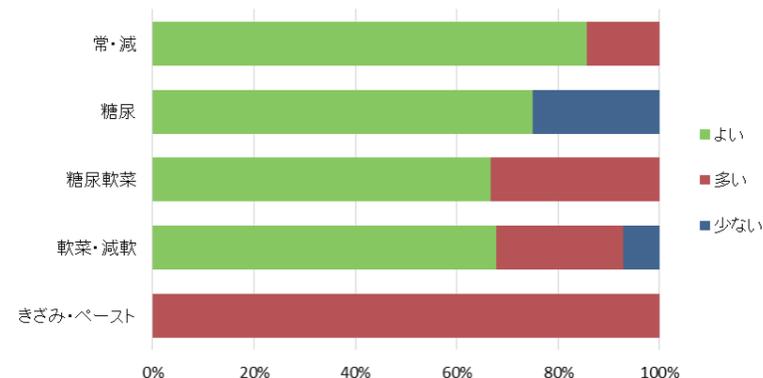
栄養科では入院患者さまを対象に食事のアンケートを定期的を実施しています。

5月30日（木）に実施した結果をご報告します。（一部抜粋）

アンケートへご協力頂いた患者さま、ありがとうございました。

1. 食事の量・温度について

おかずの量



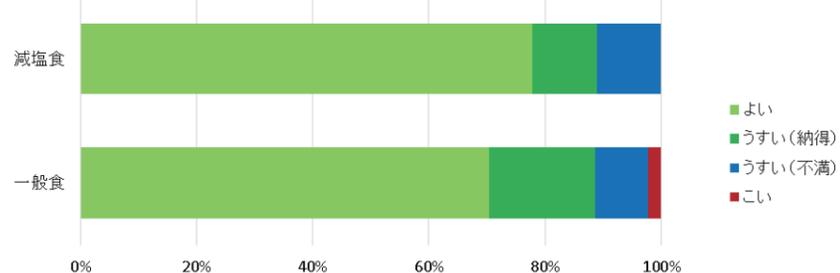
主食は約8割、副食はきざみ・ペースト以外で約7割が「良い」との回答。お粥の量は約5割の患者様が「多い」と回答。

食事量が多く負担に感じる場合には栄養士または看護師にお声かけ下さい。

食事の温度は、約9割の患者様が「良い」と回答今後も適温での食事提供に努めていきます。

2. 食事の味付けについて

おかずの味付け



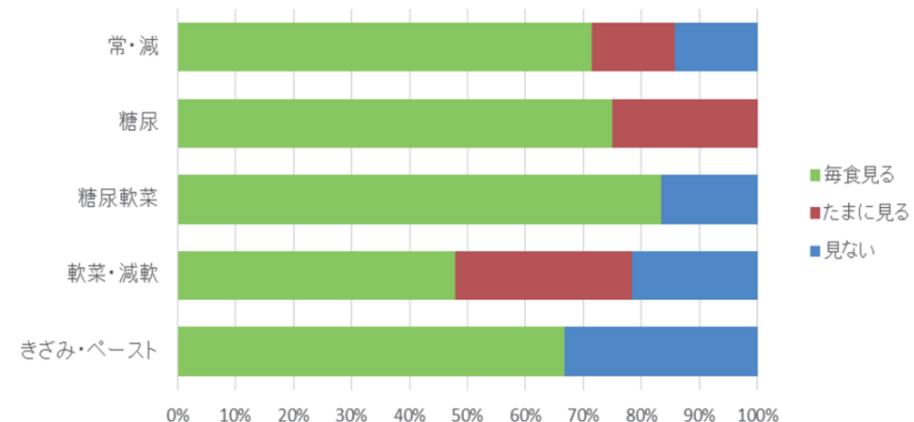
汁椀は、減塩食・一般食ともに「よい」「うすい(納得)」と約7割が回答。

おかずは、「よい」「うすい(納得)」と全体の約9割が回答。

減塩食で「こい」と回答した割合が増加していました。普段から減塩の意識が高い患者様が自宅での食事において塩分を控えることを実践している方がいるため、引き続き栄養指導・ミールラウンドを通して、減塩の大切さ・家庭でもできる減塩の工夫を伝えていきたいと思っております。

3. 食札の献立内容について

食札の献立内容



献立内容を「毎食見る」と約7割が回答。食札の必要性を改めて実感しました。

また、肉料理で「松笠焼」等献立名と料理内容が一致しない時があるとの回答も一部見られたので、今後も献立名から料理の内容がイメージできるように努めていきます。

今後も患者様に適した食事提供に努めて参ります。

患者様の食事でご困っている事や、食事へのご意見・要望があれば

栄養科へお声かけ下さい。



■熱海市市民健診を実施しています

市民健診を利用すると…自費で受診した場合のおよそ 1/10 の費用負担で受診することができます！
ぜひ、この機会にご自身の健康を見直してみませんか？

《ご予約・お問い合わせ》

窓口：3階受付窓口

電話：10：00～16：30

0557-82-3000（市民検診）

0557-85-1063（乳がん検診専用）

肝炎ウイルス検診 6月～8月 790円

- 血液検査
- 受診券に記載の年齢が40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳で市からのちの方（これに該当の方は自己負担はありません）
- 41歳以上で受診券に「同封文書確認」と記載のある方
- ※これまでに肝炎ウイルス検査を受けたことがある方、現在治療中の方は対象外

検査日時
月火木…午前
金 …午後

大腸がん検診 6月～7月 9月～10月 自己負担なし

- 便検査（2日分の便を採取します）
- 40歳以上の方

検査日時
月曜～土曜午前

前立腺がん検診 6月～8月 500円

- 採血検査
- 50歳以上の男性の方
- ※前立腺疾患で治療中または経過観察中の方、PSAの検査を1年以内に受けたことのある方は対象外

検査日時
月曜・水曜・金曜
13:30～14:00

胃がん検診（胃バリウム）9月～10月 900円

- レントゲン検査
- 40歳以上の方
- ※妊娠中、入院中、胃の全摘手術後の方、胃の疾患で治療中の方、すでに胃カメラを受けている方は対象外

検査日時
月曜～土曜午前

胃がん検診（胃カメラ）6月～2020年2月 2,000円

- 胃内視鏡検査
- 50歳以上で受診券の年齢が偶数年の方
- ※妊娠中、入院中、胃の全摘手術後の方、胃の疾患で治療中の方は対象外

検査日時
月曜～金曜
午前のみ

乳がん検診 6月～2020年2月 1,000円

- マンモグラフィー検査（視触診はありません）
- 40歳以上で受診券の年齢が偶数年の方
- ※ペースメーカーを装着している方、豊胸手術を受けている方、妊娠中の方、授乳中の方、乳腺疾患で治療中、経過観察中の方、自覚症状のある方は対象外

検査日時
月曜～土曜午前

子宮頸がん検診 6月～2020年2月 900円

- 内診と細胞診
- 20歳以上で受診券の年齢が偶数年の方
- ※生理中の方、自覚症状のある方は対象外

検査日時
月曜…女性医師
水曜…男性医師

■お月見コンサートを開催します

今年も杉浦名誉院長とご友人によるコンサートを開催します。

開催日：10月19日（土）

時間：14：00～（開場：13：30）

参加費：無料

申込み：不要



■職員を募集しています

熱海所記念病院で一緒に働きませんか？

◇募集職種◇看護師 / 准看護師 / 介護福祉士 / 看護助手 / 放射線技師 / 医療事務 / 放射線科受付事務 / 調理員

◇給 与◇当院給与規定による

◇休 日◇4週8休 / 有給休暇 / 特別休暇

◇待 遇◇昇給年1回 / 賞与年2回 / 単身寮完備 / 交通費全額支給 / 社会保険完備 / 24時間保育室完備

◇お問い合わせ◇0557-82-3000

■駐車場のご案内

正面玄関前に立体駐車場がございますのでご利用ください。

料 金：30分毎100円。30分以内は無料。

割 引：3時間まで100円。

受診の際は会計時に職員へ駐車券をご提示ください。

面会の際は面会用紙に記入後、受付へ駐車券をご提示ください。

■予約診療へのご理解とご協力のお願い

当院では患者様の待ち時間軽減の為、予約診療を実施しております。

予約をお取り頂ければ、待ち時間が少なく診療が行えます。

予約の取得と、予約時間付近での来院にご理解と、ご協力をお願いいたします。

初診の場合でも予約診療を受け付けております。



予約受付時間

9：00～17：00

（土曜日12：00まで）

受診日の前診療日まで予約受付可能

※診療日当日のご予約は受付けておりません。

☎0557-82-3000

熱海所記念病院 送迎バス時刻表

**8:30のみ熱海駅発のバスは
熱海駅改札前に停車します。**

平成29年1月4日（水）改正

熱海駅 → 病院 行			病院 → 熱海駅 行
熱海駅発		わかなや前発	病院発
時	分	分	分
8時	30	—	45
9時	00 30	05 35	15 45
10時	00 30	05 35	15 45
11時	00 30	05 35	15 45
12時	00 30	05 35	15 45
13時	00 30	05 35	15 45
14時	00 30	05 35	15 45
15時	00 30	05 35	15 45
16時	00 30	05 35	15 45

※ 青字部分につきましては、平日のみの運行となり、土曜日は運行しませんので、ご注意ください。

※ 日曜・祝日は、全て運行しませんのでご注意ください。

お知らせや公開講座等の情報を
掲載しています。

web <https://atami-tokoro.jp/>
 Facebook @atamitokoro
 Instagram @atami_tokoro
 Twitter @atami_tokoro

ご意見・ご感想・ご要望を
お寄せ下さい。

広報誌ひまわり
2019年夏号
熱海所記念病院 広報委員会
☎0557-82-3000