



小森耳鼻咽喉科医院だより

VOL.94

ご挨拶

院長 小森 貴



穏やかな陽光や草花の成長に、心弾む季節となりました。いつまでも健康で、気持ちのよい戸外に出かけたいというのは、誰しもの願いですね。介護を必要としたり日常に支障が出る病気にかかったりせずに、自立して元気に生活できる期間を「健康寿命」といいます。

厚生労働省から公表された直近の健康寿命（2013年時点）は、男性71.19年、女性74.21年でした。一方、日本人の「平均寿命」（2016年時点）は、男性80.98歳、女性87.14歳で、「人生90年」に近づいています。これは、健康寿命と平均寿命の差である約9～13年の間、介護や支援が必要な期間があるというわけです。

昨年、厚生労働省の研究室により、健康寿命についての研究結果が発表されました。約1万人の高齢者を対象に9年間追跡調査したもので、健康的な生活習慣を実践した数と、死亡もしくは要介護認定を受けるまでの期間との関係を調べました。ここでいう健康的な生活習慣とは、①非喫煙または禁煙が5年以上、②1日の平均歩行時間が30分以上、③1日の平均睡眠時間が6～8時間、④野菜摂取が多め、⑤果物摂取が多め、の5項目です。その結果、健康的な生活習慣を数多く取り入れている人ほど、健康寿命は長く、最大で2年程度の差が見られました。つまり、生活習慣の改善によって、健康寿命を延ばせる可能性があるということになります。

特に、「よく歩くと認知症になりにくい」ことも、最近の研究でわかってきています。ウォーキングに適したこの時期から、意識的に多く歩く習慣を付けてはいかがでしょうか。

必要なのは子どもだけではない!

大人のための ワクチン 講座

適切なワクチン接種で 自分の健康を守ろう

肺炎やインフルエンザ、風疹などの感染症は、発熱や頭痛などの症状を引き起こすだけでなく、時には幼児や高齢者の命を奪い、妊婦が罹ると、生まれてくる子どもに先天性の障害を残すこともあります。今回は大人が罹る病気を予防したり重症化を防ぐことができるワクチン(予防接種)について解説します。

監修・指導

国立感染症研究所感染症疫学センター長

大石和徳氏



細菌やウイルスなどの病原体や毒素が体に入って引き起こす病気が「感染症」です。一部の感染症はワクチン(予防接種)によって予防することができます。

ワクチンは、細菌やウイルスの毒性を弱めたり、感染する能力を失わせたりする処理をしたものです。ワクチンを打つと感染症に罹った後と同じように、病原体に対する抵抗力である免疫をつけることができます。

しかし、年を取るうちに免疫が次第に弱くなったり、流行する病原体

が次第に変化して、免疫が有効でなくなることもあります。このため、成人になっても、必要に応じてワクチンを接種するメリットが大きいです。

ここでは、大人が罹る危険がある主な感染症とワクチンによる予防について解説します(表1)。

肺炎球菌ワクチン

高齢者が肺炎になると重症化しや

すく、入院すると筋肉が衰えるため、寝たきりの原因になることもあります。肺炎による死亡は高齢者が圧倒的に多く、65歳以上が97%を占めています。

肺炎には、細菌などの病原体や、食べ物が入る誤嚥(ごえん)など、さまざまな原因があります。2010年から2012年にかけて国内で行われた2つの研究によると、病原体が判明した肺炎の中で最も多かったのが「肺炎球菌」による肺炎で、日常生活をしている人が罹る肺炎(市中肺炎)のうち17~23%、医療機関や介護施設に入院している人が罹る肺炎(医療ケア関連肺炎)の13~18%を占めています。

国内の介護施設に入所している人を対象にした研究では、肺炎球菌ワクチンの接種は、肺炎全体、肺炎球菌の感染による肺炎の発症と、それによる死亡を減らすことが明らかになりました。

2014年10月から、肺炎球菌の感染による肺炎を予防する肺炎球菌ワクチンが、費用の補助が受けられる「定期接種」に指定されました。現在、成人が接種できる肺炎球菌ワクチンには2種類ありますが、定期接種となっているのはこのうち1種類です。定期接種として肺炎球菌ワクチンを受けられるのは、原則として65歳の時に1回のみです。が、再接種の

費用補助が受けられる自治体もあります。

インフルエンザ

大人にとって最もなじみ深いワクチンは、インフルエンザワクチンでしょう。インフルエンザは毎年11月頃から患者さんが出始め、翌年1~2月頃にピークを迎えます。

インフルエンザは、特に高齢者が罹ると重症化しやすく、肺炎を併発しやすいので、命にかかわることも珍しくありません。

インフルエンザウイルスにはA型2種類とB型2種類があり、それが優勢になるかは毎年変わります。また、インフルエンザウイルスは変異が早く、ある年に流行したウイルスから作ったワクチンが、次のシーズ

表1 成人が接種できる主なワクチン

ワクチン	対象となる病原体
インフルエンザワクチン	インフルエンザウイルス
23価莢膜多糖体ワクチン	肺炎球菌
13価結合型ワクチン	肺炎球菌
麻疹風疹混合(MR)ワクチン	麻疹ウイルス 風疹ウイルス
ムンプスワクチン	ムンプスウイルス
水痘(帯状疱疹)ワクチン	水痘ウイルス

ンにも有効とは限りません。

このため、厚生労働省と国立感染症研究所は毎年、世界保健機関(WHO)の検討結果や、国内における流行状況を踏まえてワクチンの成分を決め、ワクチン製造メーカーが量産します。

ワクチンを打つても、インフルエンザに全く罹らなくなるわけではありませんが、罹る確率を減らすことができ、罹った場合にも重症化を防ぐ効果があることが示されています。

国内5カ所で、医療機関や高齢者施設に入院・入所している65歳以上の高齢者を対象に行われた研究によると、インフルエンザワクチンを接種したグループは接種しないグループに比べ、インフルエンザに罹る比率が34〜55%少なく、死亡は82%減少していたことがわかりました。

こうした研究成果を背景に、現在ではインフルエンザワクチンは65歳以上か、60歳以上65歳未満で心臓病などがある人は、国から接種費用の一部補助が出ます。

風疹・おたふくかぜ・帯状疱疹

風疹は発熱や発疹、リンパ節が腫れるといった症状が特徴で、飛沫感染によって広がります。免疫のない女性が妊娠初期にかかると胎児に感

染し、先天性風疹症候群を引き起こすことがあるため、注意が必要とされています。近年では、2013年に約1万4000人もの大規模流行

が発生、45人の先天性風疹症候群の子どもが生まれました。これは30〜50歳代の男性を中心に感染が広がったことが一因とみられています。

こうしたことから、風疹、麻疹のいずれかに罹ったことがないか、いずれかの予防接種を受けていない場合、麻疹風疹混合ワクチン(MRワクチン)を接種することが望ましいと考えられています。

おたふくかぜは、おたふくかぜウイルスの感染により、片側または両側の唾液腺が腫れるのが特徴です。

思春期以降では合併症として、男性の2〜3割に睾丸炎、女性の1割弱に卵巣炎を起こすとされている他、まれに難聴を起こすことが知られています。

水痘は発疹と発熱が特徴で、水痘帯状疱疹ウイルスの感染で発症します。罹ると体に残ってしまい、高齢

になつて免疫が低下すると**帯状疱疹**の原因になります。宮崎県で行われた大規模調査の結果、帯状疱疹は50歳代から増加し、70歳代をピークに高齢者の発症が多いことがわかっています。50歳以上では小児用と同じ水痘ワクチンを帯状疱疹を予防するワクチンとして接種できます。

トラベルワクチン

海外旅行に出かける際は、目的地で流行している感染症があるかどうか、調べておくと安心です。厚生労働省検疫所のサイト (<http://www.forth.go.jp>) などに詳しく掲載されています。

特に開発途上国では、日本など先進国ではほぼ見られなくなった感染症が蔓延していることがあります。ワクチンで予防できるのは一部(表2)ですが、予防できる病気はしっかり予防するという心構えが大切です。例えば、国立感染症研究所では海外渡航をする人に対しても、麻疹風疹混合ワクチンの接種が奨められるとしています。

表2 海外旅行などの際に接種する主なワクチン(トラベルワクチン)

ワクチン	対象となる病原体
髄膜炎菌(結合型)ワクチン	髄膜炎菌
A型肝炎ワクチン	A型肝炎ウイルス
B型肝炎ワクチン	B型肝炎ウイルス
破傷風ワクチン	破傷風菌
狂犬病ワクチン	狂犬病ウイルス
黄熱ワクチン	黄熱ウイルス



災害後の倒壊現場などで破傷風に感染することも。

ワクチン接種が推奨されるのは、海外旅行だけではありません。東日本大震災では、被災地などで10人の破傷風感染が確認されています。子どもの時に破傷風ワクチンを含む予防接種を受けていても、40歳を過ぎると効力が落ちてしまいます。災害時のボランティア活動などに出かける場合は、かかりつけ医に相談の上、国内であつても破傷風ワクチンの接種を受けたほうがよさそうです。

まとめ

感染症は、肺炎のように、高齢者にとつては致命的な重症を引き起こす場合や、水ぼうそう後の帯状疱疹のように、罹ると免疫が弱くなった時にぶり返す病気、風疹による先天性風疹症候群やおたふくかぜによる難聴のように、一生にわたる障害を残すものもあります。このため、手洗い・うがいなど日頃の衛生に加え、ワクチンによる予防が大切です。

そう
だったんだ



体のしくみ

循環器(心臓・血液)編

心臓は

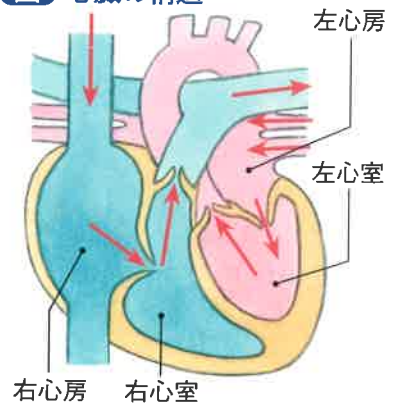
こぶし大のポンプ

心臓は全身に血液を送り出すポンプの役割をして、毎日休みなく拍動しています。大きさは、成人では手のこぶしほど、重さは約300グラム。厚さ1センチメートル前後の筋肉(心筋)からなり、心筋が伸びたり縮んだりして、血液の流れを調整しています。

心臓には「心房」と「心室」が左右に1つずつあります(図)。

心房は血液が入っていく部屋、心室は血液を送り出す部屋です。部屋の入出口には弁が付いていて、血液の逆流を防いでいます。

図 心臓の構造



左心室から全身に送られる血液は、体を20秒ほどで1周して、右心房に入ります。右心房から右心室に入った血液は肺に送られて、酸素を受け取って、左心房に入り、左心室に戻ります。心臓から全身に送られる血液の量は安静時で1分間に約5リットル、運動時は30リットルにもなります。

心臓は一定のリズムで拍動します。右心房からの電気信号が心筋に伝わると、心房と心室が順番に収縮して、血液が送り出されます。こうした心臓の中の電気的変化を記録したものが心電図です。

地球2周半分もの 血管に流れる血液

血液は、血管を通じて全身に届けられます。心臓から酸素豊富な血液を送るのが動脈、動脈から全身に血液を行きわたらせるのが毛

細血管。そして、毛細血管から集まった血液を心臓に戻るのが静脈です。

血管の太さはさまざまで、首にある頸動脈は小指くらいのもので、髪の毛よりも細いのです。全身の血管を全てつなぎ合わせると10万キロメートルといわれ、これは地球2周半もの長さになります。

測っている 血圧は血管の音で

血圧は血管を流れる血液が血管壁を押す力のことです。心臓が収縮して動脈に血液を送り出した時

が収縮期血圧(最高血圧)。反対に、全身からの血液が心臓に戻ってきた心臓が拡張する時が拡張期血圧

(最低血圧)です。

血圧を測る

時は、腕に巻いた帯(カフ)

で血管を圧迫して血を止め、

その後、減圧して圧迫を緩

めると血流が回復して、血管から音がします。この時の血圧が最高血圧。さらにカフを減圧すると、

血管の音がなくなり、この時が最低血圧です。医療機関では聴診器で血管音を聞いて、血圧を測っています。

一方、最近の家庭用血圧計は、血液が流れた時の動脈の振動を、カフの圧力センサーで感知して血圧を推計しています。



健康 はよい 心臓病を防ぐ 7つの習慣

米国の心臓協会(AHA)は、心臓病を防ぐ7つの習慣を勧めています。

- 1 血圧を管理する
- 2 コレストロールを調整する
- 3 血糖値を下げる
- 4 体を動かす
- 5 健康的な食事をする
- 6 体重を減らす
- 7 喫煙をやめる



中でも、体を動かすことは健康を維持して長生きするのに最も効果的な方法です。日中の座っている時間を減らし、立ち上がったたり、歩いたりするだけで、血圧やコレステロールが改善し、体重も減るといわれています。



ドラクターらく朝の
健康寄席

「出しゃばりな中継ぎ投手」

(不整脈)

「健康診断で不整脈があるって言われた」なんて、心配される人がよくいらっしゃいます。不整脈には2種類あって、「脈のリズムが乱れている」か、「リズムは正常でも脈拍が極端に速いか遅い」かの、どちらかです。

実は心臓の中には、一定のリズムで動くように刺激を出す「ペースメーカー」という細胞があります。ペースメーカーが1回電気刺激を発信すると、心臓の筋肉(心筋)は1回収縮します。つまり心臓って、電気仕掛けのポンプなんですね。

ところが、このペースメーカーが電気刺激を出さなくなったら心臓は収縮しません。そこで心臓は予備のペースメーカーを備えています。野球だって、先発ピッチャーがノックアウトされたら控えの中継ぎ投手が出てくるでしょ。こんな中継ぎのような予備のペースメーカーが心臓の中にはいっぱいあるのです。

ところが、この予備のペースメーカーが、時として勝手に電気刺激を出して心臓を収縮させてしまうことがあります。この時に心電図で見ると、突然、変な時に変な脈が出てくるように記録されます。このような収縮を期外収縮と呼びます。つまり、時期外れの収縮

だから「期外収縮」というわけ。

これは、先発投手が投げているのに、中継ぎが突然マウンドにかけ上がったきでボールを投げるようなもの。しかし心臓ではちよつとしたきっかけでこんな現象が起きるんですね。



例えば、驚いたり美人に出会ったりすると、出しゃばりペースメーカーは不意に刺激を出します。他にも心配事やストレスがあっても出たりする。だから、通常みられるこんな飛び入りみたいな不整脈(期外収縮)は、全然心配ないんですね。

ただ期外収縮は自覚症状が強いことがあります。ドキリとしてすごく気持ち悪かったり、胸をドンと打たれるような感じがしたり。こうなると心配になるのが人情で、病院へかけ込むことになるわけです。「大変だ、心臓が動いている」ってね。でもまあ、大概は心配ないんですね。

しかし時には、心筋症とか弁膜症とかいう

心臓の病気がありますから、たびたび動悸や息切れなどの自覚症状がある場合は、病院を受診したほうが無難でしょう。

さて、次に「リズムは正常でも脈が速いか遅い状態」ですが、病的な状態で脈が急に速くなる発作を「発作性頻拍症」といって、動悸や胸痛などを伴います。また心拍数が急に遅くなる病気もいろいろあって、この場合は失神を伴うこともあり、やはり病院できちんと検査を受ける必要があります。

不整脈を起こす病気はいろいろあるものの、心配のない不整脈も多いので無闇に心配しないほうが賢明です。美人を見てもドキッとしなくなったら、人生つままないじゃないですか。「ドキッとするのは生きてる証拠」ぐらいの気持ちで、のんびりやるのがよろしいようです。

立川らく朝(落語家・医学博士)

杏林大学医学部卒業後、慶応義塾大学医学部内科学教室へ入局。主として脂質異常症の臨床と研究に従事し、2002年に開業。46歳で立川志らく門下に入り、2004年立川流家元立川談志に認められ二ツ目となり、2015年10月から真打。「健康落語」などの新ジャンルを開拓し、全国で講演や独演会などを行う。近著に「笑って自律神経を整える」(世出版社)。ラジオNKKKEI、BS日テレなどに出演中。http://rakuchou.jp/index.html
笑いと健康学会理事 日本ベンクラブ会員。

医療機関で 処方される薬を知ろう!



胃薬編

医師が処方する薬の役割を知っておくと、治療の狙いがよく理解できます。

胃や腸など消化器の不調は日常生活でもしばしば体験する出来事です。腹痛や下痢、便秘、嘔吐などといった症状があると、生活はとても不快になります。こうした症状の改善に、市販薬も含めて胃腸薬を使う機会も多いのではないのでしょうか。今回は消化器の中でも胃に焦点を当て、主な処方薬を取り上げます。

胃の動きを改善する薬

検査しても潰瘍や萎縮などの異常が認められないのに、胃もたれ、痛み、吐き気などが繰り返して起こることがあります。以前は、「胃アトニー」「神経性胃炎」「胃下垂」などと呼ばれていましたが、最近は「機能性ディスペプシア」あるいは「機能性胃腸症」と呼ばれるようになっていきます。

消化管運動機能改善薬

こうした症状がある時、消化管の運動を促進したり、運動が過剰な場合は鎮めて適切な状態に調節する「消化管運動機能改善薬」が処方される場合があります。

制吐薬

胃の不調で最もつらい症状の1つが吐き気・嘔吐です。一般的に吐き気止めとしてよく処方される薬には、「D.パミン受容体拮抗薬」があります。消化管の運動機能を改善して、蠕動運動を強める他、脳の嘔吐中枢への刺激を鎮める働きがあります。

吐き気止めには、乗り物酔いにも使われる抗ヒスタミン薬や、痙攣などによる嘔吐を抑える鎮痙薬も用いられます。漢方薬が有効なこともあります。

消化酵素薬

消化酵素薬は、本来、胃や腸、膵臓などから分泌されて食物を分解する働きを持つ消化酵素を補う薬剤です。

健胃薬

健胃薬の多くは、複数の成分を配合したいわば総合胃薬です。消化酵素や制酸薬と、吐き気を抑える「丁香」や、痙攣を鎮め、痛みを取る甘草などの生薬（漢方薬）を含むものが主流になっています。

消化性潰瘍治療薬

消化性潰瘍は、胃や十二指腸、食道などの粘膜が傷つく病気です。治療には、攻撃を弱める薬としては、胃酸の分泌を抑える酸分泌抑制薬や、制酸薬が、粘膜を防御する薬として、粘膜の保護や修復の促進、粘液分泌の促進などの効果を持つ薬が使われます。

酸分泌抑制薬

酸分泌抑制薬は、その名の通り胃酸の分泌を抑える薬で、プロトンポンプ阻害薬のほか、H₂受容体拮抗薬（エイチツーブロッカー）やムスカリン受容体拮抗薬、抗ガストリン薬などが処方されます。

制酸薬

制酸薬は、過剰な胃酸を中和して粘膜を保護します。速効性があり、短期間使われます。炭酸水素ナトリウムや乾燥水酸化アルミニウムゲルなどの他、水酸化アルミニウムゲルと水酸化マグネシウムの配合剤などが処方されます。

粘膜保護薬

粘膜を防御する薬では、粘膜組織の血流を増やす、粘液の分泌を促す、傷ついた組織の修復を促進するなどの作用を持った薬剤が処方されます。酸分泌抑制薬と併せて処方されることがあります。

まとめ

市販の胃薬を常用している人は珍しくありません。しかし、がんやピロリ菌感染など、大きな病気が潜んでいる場合もありますし、食生活や飲酒・喫煙、ストレスなどの生活習慣が不調の原因になっていることもあります。薬によっては、かえって状態を悪くすることもありますので、自己判断せず、定期的に検診を受けたり、医師や薬剤師に相談して、不調の原因をできるだけ取り除き、正しい治療を受けてください。



なるほど納得!

すぐに役立つくらしの科学

料理を美味しくする、掃除を楽にする……。日常生活には、実はさまざまな「科学」が潜んでいます。知らなくても困らないけれど、知ればもっと便利! そんな身近なサイエンスを楽しみましょう。

Q 「酵素入り」の洗濯洗剤って、普通の洗剤とどう違うの?

A 酵素には、汚れを細かく分解してはがしやすくする働きがある

「酵素パワー」という宣伝、きれいにしやすくて惹かれますね。

通常の洗濯洗剤は、界面活性剤が主成分です。「水と油」という表現があるほど馴染まない両者ですが、界面活性剤は水とも油とも仲良しで、仲を取り持つ役割を担います。油污れを取り囲み、「こつちへおいで」とばかりに水へと引き寄せることで、油污れを引きはがすのです。

はなく、汚れを細かく分解して、はがしやすくする手助けをします。酵素の種類によって、得意分野が異なり、プロテアーゼという酵素はたんぱく質、リパーゼは脂分、アミラーゼはでんぷんの質の分解を得意としていて、酵素入り洗濯洗剤には、これらが各メーカー独自の配合で加えられているのです。

ちなみに、酵素入り洗剤は、風呂の残り湯などの温水を使用し、漬け置き時間を長くすると分解力が増します。しかし、動物性たんぱく質からできたウールやシルクなどの洗濯には向かないので、ご注意ください!



Q 流行りの「消せるボールペン」の消せる仕組みは?

A 温度のマジック! でも、消えるわけではありません

公文書などの正式な書類には使用できませんが、書き損じの出ない「消せるボールペン」は日常使いには実に便利! 消しゴムのカスも出ないので、鉛筆より使いやすいほどです。

さて、鉛筆が消しゴムで消せる仕組みは、紙に付いた黒鉛をゴムがからめ取るから。一方、消せるボールペンはインクに仕掛けがあります。染料に温度調整剤が加えられていて、65度以上の熱を加えると無色に変化するよう作

られています。つまり、「こする」という摩擦熱に反応するのです。熱に反応するので、ドライヤーやアイロンでも消すことが可能。逆に、夏場の炎天下の車内でうつかり! ということもあるので、そこは注意が必要です。

ちなみに、書いた文字などが無色になって見えなくなっても、完全に「消えた」わけではありません。実は、マインス20度以下の低温になると無色だった文字が、再び浮き上がるのだとか。寒さは苦手でも、ちよっと試してみたくありませんね。



Q グリーンアスパラガスとホワイトアスパラガスの違いは?

A 光合成をさせたかどうかの差

その昔は缶詰でしかお目にかかれなかったホワイトアスパラガスですが、最近では新鮮な野菜としても見かけるようになりました。同じアスパラガスでも、グリーンとはかなり異なる風味や食感。「同じもの?」と、疑いたくもありません。

でも、もともとは同じもの。日光に当てて光合成を促したか、日光を遮って光合成をさせずに育てたかの違いでしかないので、若芽から日光に当てないよう土を盛るので、少々栽培に手間がかかるのがホワイトのほう。栄養価はグリーンより劣りますが、独特の美味しさがあり、欧州では旬の季節にこぞって食べます。まるで、日本における松茸さながら! 茹でたホワイトアスパラガスに半熟玉子とパルメザンチーズをかけたメニューは、絶品です!

ちなみに、最近では紫アスパラガスも登場。紫色はポリフェノールの一種のアントシアニンなので、抗酸化作用が期待できますが、加熱すると色が抜けてグリーンになってしまいうので、調理方法には工夫が必要です。



サイエンスライター 内田 麻理香氏

サイエンスコミュニケーターとして「身近な科学の面白さ」を発信。著書に『うちの科学』『科学との正しい付き合い方』『カソウケン(家庭科学総合研究所)によるこそ』など多数。日本文藝家協会会員。毎日新聞書評員。東京大学大学院情報学環・交流研究員。

監修



頸肩腕症候群

頸肩腕症候群は、首から肩、腕、背部、手指にかけての痛みやしびれ、凝り、こわばりなどが現れる病気の総称です（表参照）。かつては、変形性頸椎症や頸椎椎間板ヘルニア、五十肩、胸郭出口症候群などの整形外科的な疾患も含めていましたが、最近では、検査で病気の原因が特定しないものを狭義にとらえて、頸肩腕症候群と診断しています。

頸肩腕症候群は職業病で、パソコン作業やデスクワークなど長時間同一の作業をしたり、手や腕を酷使することで起こります。パソコン作業の多い人などに多く、またピアノストや調理師などにも見られます。一般に、首周辺の筋肉が弱い人ややで肩の人に起きやすく、男性より

頸肩腕症候群で起こりやすい症状

肩凝りがひどい
首筋や背中が張って痛む
腕や指が痺れる
腕や手に冷え感がある
腕や手が重く、動かすと痛い
手に力が入りにくい
頭痛がする
目が疲れる、目が痛む
めまい、耳鳴がある など

も女性のほうが多いといわれます。

治療は対症療法が中心で、まずは、休養することが大切ですが、しばらく上肢を使わないのが理想的ですが、それが難しいければ、こまめに休憩するなど、環境を見直し、腕などのストレッチをする、リラクゼーション、十分な睡眠を取るなども、症状の軽減に役立ちます。軽い運動は気分転換できますが、激しい運動は逆効果ですから、休養を第一に考えましょう。

痛みが強い場合には、薬物療法や理学療法、温熱療法などを行います。また、鍼灸やマッサージで症状が和らぐこともあります。無理を続けると悪化するので、早めに医師にご相談ください。



スタッフ紹介



安田 令菜

春の陽ざしが心地よい季節となりました。当院に勤め始めて4カ月が経ちました。新たな環境に緊張しつつも、皆さまが回復されるお姿から、私自身もパワーをいただいています。まだ至らないところも多くありますが、今後ともよろしく願いいたします。



インターネット・予約専用電話での予約方法について

患者様の一層の利便を図るため、小森医院では予約診療制を取り入れております。予約はご希望の診察日の**30日前**から受け付けています。予約方法などにつきましては、ホームページを参照いただくか受付スタッフにお尋ねください。なお予約の無い方でも、来院された方は診察いたします。発熱や痛みなど、急に体調を崩された方は、予約が無くても優先して診察いたします。

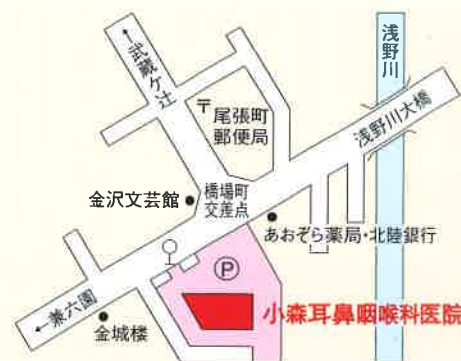
- 診察科目 耳鼻咽喉科、気管食道科 手術設備有り
- 診療時間

	月	火	水	木	金	土
午前 8:30~12:00	○	○	○	○	○	○
午後 1:30~5:30	○	○	○	△	○	△
						3:00まで

※休診日 木曜日午後休診・日・祝祭日

小森耳鼻咽喉科医院

金沢市橋場町3番9号 TEL.076(221)5027 メール: info@komori.or.jp



※病院の周囲に20台の駐車が可能

ホームページ <http://www.komori.or.jp/>