

医療法人松田会 広報誌

Evergreen Life



特集 理事長から新年のご挨拶

2025.01

Vol. **44**

明けましておめでとうございます。

健やかで希望に満ちた新年をお迎えになられた皆様に、謹んで新春のお喜びを申し上げます。また、医療法人松田会は本年4月に創業43周年を迎えます。これもひとえに、地域の皆様の温かいご支援の賜物と深く感謝しております。

年頭に当たり当法人を代表致しましてご挨拶申し上げます。

昨年を振り返りますと、家族団らんのお正月元旦に能登半島地震が発生し、日本国中に衝撃が走りました。本震災は自然の驚異を改めて感じさせるとともに、多くの人々の心を痛める不幸な出来事でした。発生から1年が経過した今、能登半島地域の皆様が一日も早く安心して暮らせる日常を取り戻せるよう、早期復興をお祈り申し上げます。

約14年前に発災した東日本大震災を経験した私たちに、「震災に対する警戒を怠ることが無いように」という警告とも受け取れました。

この能登半島地震への対応について、昨年3月、地方紙20紙が過去の教訓が生かされたと思うかどうかを尋ねるアンケートを実施しております。教訓が「生かされている」と肯定的な評価が38.8%（「十分生かされている」=3.2%+「ある程度生かされている」=35.6%）であった一方、否定的な評価は35.2%（「あまり生かされていない」=21.2%+「生かされていない」=14.0%）で拮抗した結果が得られておりました。「避難所一つとっても東日本大震災の時と同じ景色」など「避難所の劣悪な環境を改善すべき」との意見も多く寄せられておりました。

仙台市のホームページを閲覧いたしますと、1978年に発災した宮城県沖地震に匹敵するマグニチュード7.1~7.4クラスの地震が発生する確率は「30年以内に70%~90%」と記載されております。この地震は私も経験しており、仙台

市内では震度5で、津波はございませんでしたが、ブロック塀が倒壊するなど非常に大きな被害が出ました。もちろん、ガス、水道、電気などのライフラインは数日間途絶えました。「30年以内に70%~90%」の確率という数値をどう捉えるかですが、やはり、日頃からの震災に対する十分な備えが必要であることを意味しているものと考えます。一方、医療・介護に携わる私たちは、地域の方々の安全をお守りする立場ですので、積極的に防災活動や被災者支援に関わっていけるような体制を作って参りたいと考えております。

毎年のように新年の挨拶で取り上げてまいりました新型コロナウイルス感染症ですが、昨年秋口までは小康状態が維持されておりました。しかし、昨年12月に入り、再度、感染者数の増大をみました。さらにインフルエンザ感染症、マイコプラズマ感染症そしてリンゴ病なども時を同じくして大流行の様相を呈しております。コロナ対策で国民の皆様がマスクの着用、うがいと手指消毒の徹底、十分な換気そして三密の回避などの感染対策を徹底して行ったことにより、コロナ禍中に大流行に至らなかった諸々の感染症が今、感染対策が緩んだところで大きな流行に繋がっている状況と判断されます。再度、数年前を思い起こして、感染対策の徹底を図って参りたいところです。

一方、この新型コロナウイルスの性質はまだ十分に解明されておられません。併発する合併症問題、さらには感染から回復しても倦怠感や味覚異常などの症状が長期間持続し、日常生活に支障が出るケースも報告されています。このような症例は「ロング・コビッド」と呼ばれ大きな問題となっています。今後の解明と治療法の開発が望まれます。

一昨年の5月に新型コロナウイルス感染症は5類感染症としてインフルエンザ感染症と同等の扱いになりました。しかしながら、感染力は依然と

して強力で、ご高齢の患者様や重篤な基礎疾患をお持ちの患者様が多い院内では厳戒態勢を解くわけにはいかず、ご来院された方々にはマスクの着用をお願いしておりました。来院される皆様にはマスク着用の真意をご理解いただいております。院内施設内では殆どの方がマスクを着用してくださっております。ご協力本当にありがとうございます。また、同様の理由にて入院・入所での面会も制限させていただいております。非常に心苦しく思っておりますが、新型コロナウイルス感染症やインフルエンザ感染症などの流行が落ち着くまで、もうしばらくの間ご協力のほどお願い申し上げます。



昨年7月に開会式が挙行されたパリオリンピックでは、日本人選手が大活躍し、総メダル数45個（金20、銀12、銅13）を獲得し、その輝かしい成果は、多くの人々に希望をもたらしました。

パリオリンピックに引き続いてパリパラリンピックが開催されましたが、肉体と精神を鍛え上げたアスリートたちの戦いは、世界中の人々を感動させました。国際パラリンピック委員会のアンドルー・パーソンズ会長が昨秋、新聞の取材に応じ、コロナ禍後初の大会となったパリパラリンピックの意義を下記の様に語っておられました。

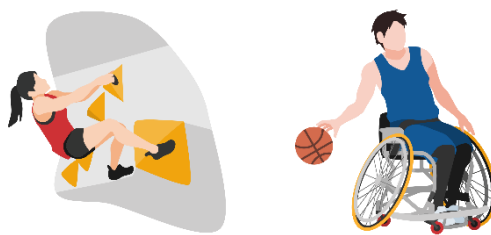
「パリパラリンピックの大声援を目の当たりにする時、原則無観客だった3年前の東京大会では、日本の人々がこの大声援を体験できなかったことに心が痛んだ。我々の間では、あの状況で約束を守り、大会を完遂してくれた東京と日本の人々に対する感謝は今も深い。」

「パリ大会では競技レベルの高さも印象に残った。車いすテニスの男女シングル決勝は、ともに

緊迫した展開の末、小田凱人、上地結衣選手が英国、オランダの強豪選手をそれぞれ下した。車いすラグビーでの日本の優勝も象徴的だった。」

「パラリンピック運動は、スポーツを通じて『障害』への社会認識を変えるという明確な目的を持つ。しかし、社会認識が成熟するまでにはまだまだ道は遠い。世界には何らかの障害がある約13億の人々がいて、人間としての権利を持ち、機会を欲し、社会の障壁を除いてほしいと願っている。我々はパラリンピックを通じ、社会の理想のあり方を描いている。多様性や違いに価値を見出すことができれば、それは我々を一つにする絆となる。万人が違うのは変えようのない現実だし、人々が皆自分と同じ考えを持つ世界が面白いとは思えない。白黒の答えがない問いはたくさんある。違いを尊重する基盤があれば、平和は育める。」

以上のような言葉を受け、地域共生社会の構築を目指している松田会も、疾病を有する方々、ご高齢の方々、認知症を有する方々そして障害を有する方々が同じコミュニティで生き生きと生活することが出来るようにお手伝いすることが私共の使命と考えこれからも行動して参ります。



内閣府は昨年11月、「脳卒中や心臓病等に関する世論調査」の結果を公表いたしました。脳卒中や心臓病等の発症予防のためには「生活習慣の改善」が重要ですが、30%超の人は改善しようと思っておらず、年齢別に見ると、圧倒的に「若い世代」（18～39歳）でその傾向が高いことがわかりました。

世論調査は、代表的な超急性期疾患と言える脳卒中（脳梗塞、脳出血、くも膜下出血など）と心臓病（狭心症、心筋梗塞、心不全、不整脈、大動

脈解離など)に関して、18歳以上の3000人を対象に実施されました。

脳卒中や心臓病等の発症を予防するためには「生活習慣の改善」が重要であり、多くの方が生活習慣改善を考えていました(改善を始めて6カ月以上=37.8%、改善を始めて6カ月未満=7.5%、1カ月以内に改善予定=10.3%、6カ月以内に改善予定=10.5%)。

しかし、31.6%の人は「改善しようと思っていない」と答え、年齢別に見ると圧倒的に「若い世代」(18~39歳)のほうが「生活習慣改善を考えていない」ことがわかりました。

健康な方々が生活習慣病の存在に気が付く機会は、会社員や公務員の方であれば、春や秋に行われている職場での定期健康診断で、また、自営業やフリーランス、リタイア世代の方たちの場合には、国民健康保険による健康診断であると考えられます。

健康診断の目的は、自覚症状が出にくい慢性疾患について、そのリスクや兆候がないかを確認し、予防することです。具体的には、高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満症、高尿酸血症といった生活習慣病の発見につながる検査内容が設定されています。

健康診断で見つかりやすい異常や病気の多くは、禁煙や節酒、食事内容や運動不足の見直しといった生活改善、薬の服用などで治療が可能です。だからこそ、毎年健診を受けて健康状態を確認し、異常があれば対策を講じていくことで、退職するまで健やかに働いたり、健康寿命を延ばしたりすることが期待できると思われれます。

厚生労働省は昨年12月、介護を受けたり寝たきりになったりせずに日常生活を送れる期間を示す「健康寿命」が、2022年は男性72.57歳、女性75.45歳だったと公表いたしました。前回調査の19年(男性72.68歳、女性75.38歳)から、ほぼ横ばいで推移しております。平均寿命との差は日常生活に制限のある「不健康な期間」を意味するため、厚労省は差を縮めることを目指しておりま

す。2022年におけるその差は男性8.49歳、女性11.63歳となり、初公表の10年以降、縮小傾向が続いています。

この健康寿命を延ばすヒントが長寿者を対象にした研究(慶應義塾大学医学部百寿総合研究センター長:新井康通教授)に見出すことができます。その1つが、百寿者(100~104歳)、超百寿者(105~109歳)、スーパーセンテナリアン(110歳以上)などを対象にした研究で、それらの方々の体や生活習慣を調べることで、寿命を左右する最も重要な老化の過程が詳細に分析されると考えられております。

その研究から、3つの要素が寿命に大きく関与することが分かってまいりました。

1.臓器の老化

2.認知機能の低下

3.フレイル

上記の3つの要素の中で、「究極的には心臓、腎臓、血管などからなる『心腎血管システム』の老化がヒトの寿命を決めている」という仮説が得られたと結論づけられております。血管系の老化予防に関しましては、先にお示し致しましたように、高血圧、糖尿病、脂質異常症、肥満症、高尿酸血症といった生活習慣病をいかに早期に発見し、正常範囲内にコントロールできるかが鍵になると思われます。

そして、「認知機能低下」と「フレイル」は健康長寿の実現を妨げる因子となっております。

スーパーセンテナリアンの研究からは、健康長寿を実現するためには認知機能を保つことが大切だということが分かってきました。実際、スーパーセンテナリアンは100~104歳時点で認知機能が保たれておりました。

さらに、寿命を短くしてしまう大きな要因であると指摘されているのが「フレイル」です。フレイルとは、加齢とともに心身の機能や活力(筋力や認知機能など)が低下し、生活機能障害、要介護状態、死亡などのリスクが高くなった状態のことで、具体的には下記の症状が指標となります。

身体的フレイルの定義（Friedモデル）

- 1.身体活動度の低下
- 2.筋力の低下
- 3.動作の緩慢（歩行速度の低下）
- 4.疲れやすさ（疲労感）
- 5.体重減少（痩せ）

（※5項目のうち3項目以上があればフレイルと判断。1つまたは2つに該当する場合はプレフレイル）

こうしたフレイルに該当する人は、骨折などで自立歩行ができなくなったりすると「寝たきり」になるリスクが高くなります。フレイルのリスクをもたらす重要な要因の1つは、いわゆる「やせ」です。一般的に高齢者になるほど体重を増やすのが難しく、「やせ」の傾向になりやすくなります。100歳以上まで生きる人は、太りすぎている人もやせすぎている人も少ないのが特徴とされています。年代ごとに適正な食事をとることで100歳までに大きく体重を落とさないことが重要です。

中年期までは食べ過ぎを避け、メタボを予防することはとても大切です。しかし高齢者になったら、しっかり食事を取り、特に良質なたんぱく質を摂取して、筋肉を維持することの方が重要になってきます。

ただし、老化の進行度には「個人差」があり何歳から切り替えるべきとは単純には言えませんが、70歳を過ぎたらしっかり食べてフレイルを防ぐことが重要です。

この「臓器の老化」「認知機能の低下」「フレイル」の3つのポイントの対策につながる生活習慣が健康寿命のカギになると考えられています。

先の研究を主催した新井教授は、「身体活動が多い人は長生きであることが分かっています。つまり運動です。何も運動をしていない人に比べると、意識して運動している人ほど死亡率は低下しています。そして良質なたんぱく質をとる、筋肉や骨を維持するといったフレイル対策が重要です。当然運動はフレイル対策の一環でもあります」と

話されています。

ここで、フレイル対策の取り組みとして重要なことは、骨格筋を維持して、やせすぎないように注意することです。加齢とともに筋肉量が減少していくという、いわゆる「サルコペニア」への対策です。

サルコペニアとは、加齢による筋肉量の減少・筋力低下を指します。筋力は40歳頃から少しずつ低下し、70歳を超えた頃から自覚症状を認めるようになります。このように加齢に伴うものを一次性サルコペニアと言います。それに対し活動減少、栄養不足、疾患に伴うものを二次サルコペニアと言います。

サルコペニアが進むと日常生活動作に影響が生じ、介護が必要になったり、転倒しやすくなったりします。また、各種疾患の重症化や生存期間にも影響するとされています。

高齢者専門病院（順天堂大医学部付属順天堂東京江東高齢者医療センター）の患者を対象とした調査では、サルコペニアと診断されたのは21.4%で、特に80代以上の男性の有病率が急増していることが判明いたしました。解析の結果、危険因子は高齢、男性、過去の喫煙量などで、リスクを下げる因子は体格指数（BMI）の高さ、認知症検査の良好なスコア、多様な食品の摂取などと発表されています。研究グループによりますと「サルコペニアに対し、食品摂取の多様性が重要であることが示された」としてあります。

食事の内容では特に、肉、魚、植物性にかかわらず、良質なたんぱく質を十分にとることが大切です。高齢になるほど筋肉量を増やすことが難しくなるので、若いうちから筋トレなどを行って必要な筋肉量を保つ「貯筋」を心がけることが必要です。サルコペニアの前段階となる症状として、握力の低下や、脚の筋肉が細くなり階段の上り下りがつらくなることなどが知られており、若い頃ほどではありませんが、60代、70代になっても正しく筋トレを実践すればその効果は確実に出るといわれています。

令和6年1月、「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行され、認知症の人の人権を尊重した取り組みが求められています。

政府は昨年12月の閣議で、認知症施策の指針となる基本計画を決定いたしました。急速な高齢化で認知症は「いまや誰もがなり得る」とし、みんなが支え合う共生社会の実現に向け取り組みを推進すると明記しております。

認知症の高齢者は2022年の443万人から40年には584万人に増える見込まれ、「一人一人が自分ごととして理解し、当事者が自分らしい暮らしを続けることを考える時代が来た」と指摘しております。重点目標はほかに認知症になっても希望を持って暮らし続ける「新しい認知症観」を打ち出し、「地域で安心できる暮らし」「新たな知見や技術の活用」も挙げております。

私共も、認知症基本法が施行されたことを追い風に、認知症の人の活躍を制限しない町づくりを目指していかなければならないと考えております。

昨年9月、世界的な医学誌の英「ランセット」の専門家委員会から、「修正可能な認知症の14の危険因子」が報告されました。

ここに18～65歳で修正したい10の危険因子をお示ししたいと存じます。①「難聴」、②「高血圧」、③「高LDLコレステロール血症（脂質異常症）」、④「糖尿病」、⑤「肥満」、そして生活習慣では⑥「喫煙」、⑦「過度の飲酒」、⑧「運動不足」、最後に⑨「頭部外傷」と⑩「うつ病」が取り上げられております。

①難聴は、中高年期に難聴があると認知症発症リスクが2倍に上昇するとの報告もあり放置できない危険因子の一つとして考えられます。②～④の生活習慣病は血管性認知症、アルツハイマー型双方のリスクになります。⑤「肥満」ですが、日本人は中高年期こそBMI（体格指数）22近辺の標準体型を目指したいところですが、65歳ごろからは、多少体重を増量したほうが認知症予防に働くと言われております。特に女性の痩せすぎに

は注意を要します。

ここであげた10項目を全て修正した場合、認知症の発症リスクは3割減少すると言われ、すでに一部の先進国では認知症患者が減少しており、世界的に「認知症は予防、あるいは発症を先延ばしできる疾患」という認識が拡がりつつあります。

ここで、松田会が主催してきた認知症カフェ「てらおかふえ」に触れさせていただきたいと存じます。「認知症があっても、なくても、地域の方々の心のよりどころとなる場所を作りたい」との思いから2015年10月に、松田病院・エバグリーン病院相談室（室長：新田未彩子）が主催する「てらおかふえ」がその活動を開始いたしました。今年で10年目を迎えました。その間コロナ禍で約3年間の中断期間を余儀なくされましたが、現在も月に2回の開催を目標に活動を継続しております。専門職からの講話や季節に合わせた行事企画などを盛り込みながら、参加された方々の“心のよりどころ”となることを目指して活動が展開されております。

一般的な認知症カフェは、認知症の悩みを専門の人に相談する場ですが、当会主催の認知症カフェは、参加した人たちが自分の考えや意見を話す場となっており、地域の方々が自分たちの力で認知症問題の解決に取り組む機運も醸成されつつあります。

これからも認知症の方やそのご家族様、さらには関心のある地域の方々が気軽に交流できる認知症カフェ開催を継続して参りますので、関心をお持ちの方々は気兼ねなく松田病院・エバグリーン病院相談室の方へご連絡下さい。

そして、地域の方々が健康なときから医療や介護などの相談や学びができる場所として、勉強会やセミナーを開催し、憩いの場としても気軽に集える空間にもして参りたいと考えております。

また、現在も高森・寺岡地域包括支援センターが中心となって「認知症サポーター養成講座」も開催しておりますので、ご興味のおありの方は是

非ご参加ください。私たちは、「認知症とともに生きる町づくり」を目指しております。

私たちは、「病院と皆様のご自宅をつなぐ架け橋でありたい」と考えております。具体的には「治し支える生活中心の医療と介護」、「多職種連携」、「患者様の意思決定を支援」、「病気になる前から全世代でつながる地域共生社会」の四つの取り組みを行っております。

なかでも、「支える側」「支えられる側」という関係を超えて、「困ったときはお互い様」という地域共生社会のハブのような役割を目指しております。

「今から20年後、あなたはやったことよりもやらなかったことに失望する。ゆえに、もやい綱を解き放ち、安全な港から船を出し、貿易風に帆をとらえよ。探検し、夢を見、発見せよ。」

これは冒険小説「トム・ソーヤーの冒険」の著者、マーク・トウェインの言葉です。

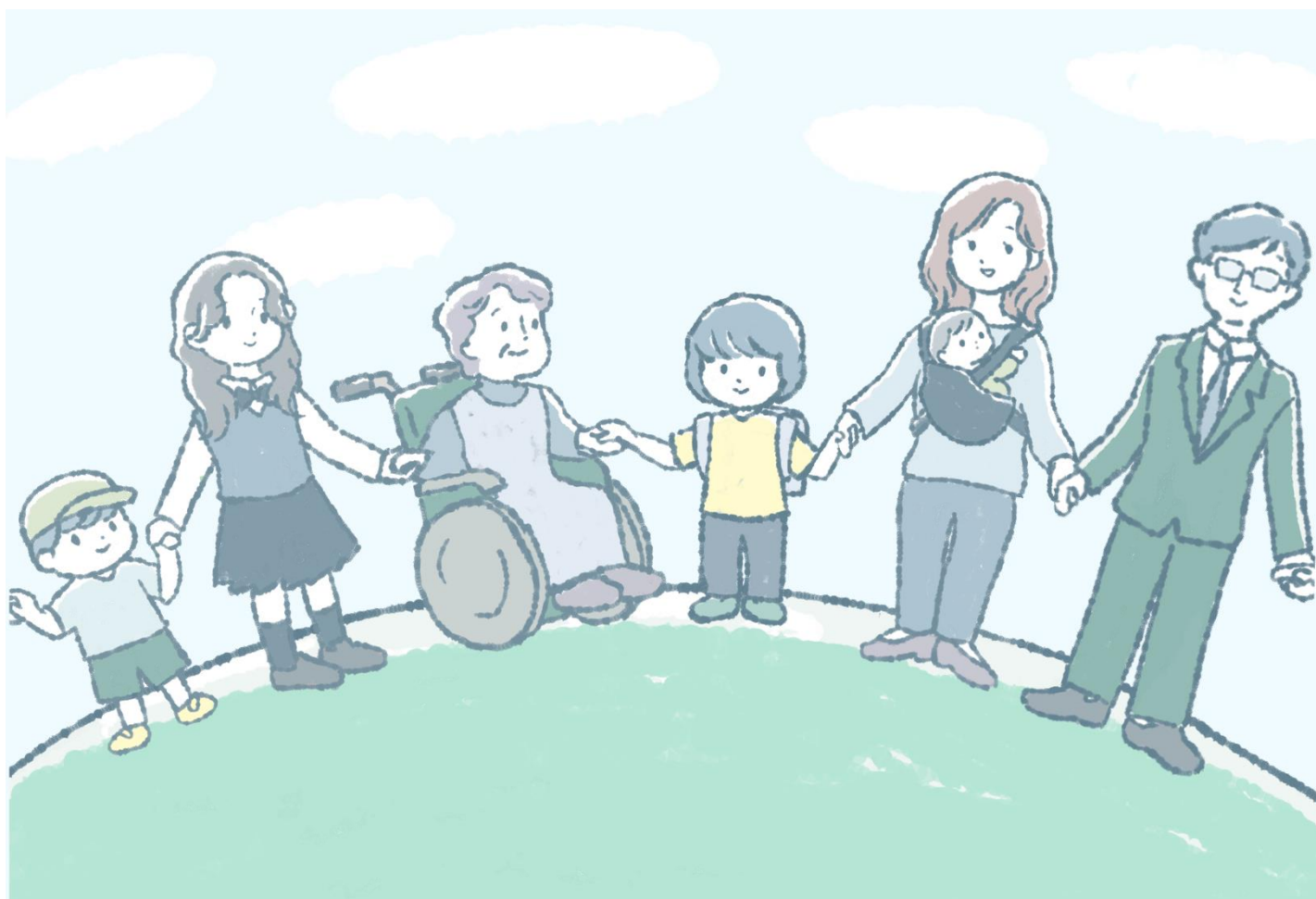
今から20年後に後悔しないように、私共松田

会のスタッフは、地域の方々と手を取り合いながら、長期的な展望に基づいて、地域共生社会の実現に向けての努力を皆様と一緒に始めて参りたいと考えております。皆様方のご協力とご支援を何卒よろしくお願い申し上げます。

巳年の「巳」は、成長や成熟を象徴し、物事が実りに向けて進む年とされています。医療法人松田会も、巳年にあやかって更なる成長や成熟を果たすことが出来ますよう積極的に新しい医療の展開やサービス向上に取り組んでまいります。

私共が目指しております「ぬくもり」ある医療・介護をお届けするために、これからも皆様方のご意見やご指導を賜りながら、一步一步着実に歩みを進め、皆様方の満足と納得が得られるよう誠心誠意努力してまいります。

2025年が皆様にとって希望に満ち、多くの挑戦が実を結び、さらなる発展の1年となりますことを、心よりお祈り申し上げます。



インフルエンザワクチン接種について

インフルエンザワクチン接種は、インフルエンザの重症化を防ぐ効果があります。
インフルエンザワクチン接種を受けてから抵抗力がつくまで2週間程度かかります。

令和6年10月1日（火）よりインフルエンザワクチン接種を開始いたします。

当院は、仙台市・富谷市・黒川郡に住民票がある65歳以上の方は予防接種の助成を使うことができます。

■助成対象者

（期間：令和6年10月2日～令和7年1月31日）

【仙台市に住民票がある方】

- I. 接種日に65歳以上の方 【¥1,500】 ※自己負担額
- II. 接種日に60歳以上65歳未満であって、心臓・腎臓・呼吸器の機能に障害又はヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害のある方（身体障害者手帳1級に相当）【¥1,500】 ※自己負担額
- III. I・IIに該当する生活保護・市民税非課税世帯 【無料】
※生活保護の方は、生活保護支給票を提示して頂きます。
※市民税非課税世帯の方は確認通知書又は介護保険料決定通知書(保険所得段階1～4のもの)を提示して頂きます。
確認通知書→仙台市健康安全課へ事前申請が必要となります。
介護保険料決定通知書→通知書の保険所得段階が1～4の方のみ無料となります。
- IV. 原発避難者特例法に基づき、指定された市町村からの避難者で仙台市に住民票を移していない方でも仙台市と同様に助成が受けられます。

【富谷市・大和町・大衡村・大郷町に住民票がある方】

- I. 接種日に65歳以上の方 【¥1,500】 ※自己負担額
 - II. 接種日に60歳以上65歳未満であって、心臓・腎臓・呼吸器の機能に障害又はヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害のある方（身体障害者手帳1級に相当）【¥1,500】 ※自己負担額
 - III. I・IIに該当する生活保護の方 【無料】
- ※大衡村の対象者は全て無料となります。

【助成がない方】 【¥3,800】 ※自己負担額

※上記市町村以外で宮城県内に住民票がある65歳以上の方は、予防接種の助成がある場合がございます。
詳細は各市町村にご確認ください。

高齢者肺炎球菌予防接種のお知らせ

当院は、仙台市・富谷市・黒川郡に住民票がある65歳以上の方は予防接種の助成を使うことができます。

■助成対象者

（期間：令和6年4月1日～令和7年3月31日）

- ① 令和6年度に次の年齢になる方 ⇒ 65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳
- ② 接種日に60歳以上65歳未満であって、心臓・腎臓・呼吸器の機能に障害又はヒト免疫不全ウイルスにより免疫の機能に障害のある方（身体障害者手帳1級に相当）

助成がある方の接種費用

【仙台市に住民票がある方】 ¥5,000 ※自己負担額

【富谷市・黒川郡に住民票がある方】 ¥4,000 ※自己負担額

※上記市町村以外で宮城県内に住民票がある65歳以上の方は、予防接種の助成がある場合がございます。
詳細は各市町村にご確認ください。

上記の予防接種は、いずれも原則として「予約制」となります。

当院での予防接種についてご不明な点がございましたら、受付窓口又は医事課へご相談ください。

1品で様々な食材が入っているので
栄養満点です。

色々な冬野菜を入れて食べてみてください。
豆板醤はお好みで量を調整してください。
汁は全部飲むと塩分が多いので
残すようにしましょう。



管理栄養士のおすすめレシピ

ピリ辛味噌煮込みうどん

1人あたり

エネルギー：465kcal

タンパク質：25.9g

塩分：6.1g

材料（2人分）

茹でうどん 2玉
白菜 30g
ほうれん草 30g
しいたけ 2枚
ねぎ 20g
豚肩ロース 60g
油揚げ 1枚
卵 2個
かにかま 2個

調味料

味噌 大さじ3
みりん 大さじ1/2
めんつゆ 大さじ1と1/2
豆板醤 小さじ1
顆粒だし 小さじ1
水 700ml

（下準備）

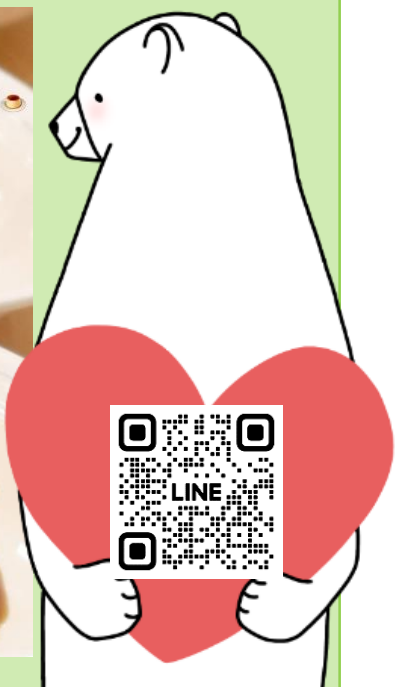
- 1 白菜はざく切り、ねぎは斜め切りします
- 2 しいたけは軸をとり、
十字に飾り切りをします
- 3 ほうれん草は茹でて3センチ程度に切ります
- 4 油揚げは熱湯をかけて油抜きをし、
1cmの短冊切りにします
- 5 かにかまは斜めに半分に切っておきます
- 6 豚肉は3センチ程度に切っておきます

（作り方）

- 1 鍋に顆粒だしと水を入れ沸騰させ、
豚肉・しいたけ・油揚げも入れて
ひと煮立ちさせ、調味料を加えます
- 2 うどん・白菜・ねぎを加え、
中火で3分ほど煮込みます
- 3 うどんが煮えたら、卵を真ん中に落とし、
かにかまを飾って完成です



公式LINEで情報を発信中です。
ぜひご登録ください!





医療・介護・保育と幅広く発信していきます。
医療法人松田会 公式 Youtubeチャンネルも
よろしくお願いたします！

長い名前だけど
どんなサービス？

定期巡回・随時対応型
訪問介護看護の職員に

1日密着



ホームケアステーション八木山24職員密着動画

要支援の方 編

 医療法人 社団光友会

アルパイン川崎

訪問リハビリテーション



アルパイン川崎訪問リハビリテーション紹介動画

不安なことはご相談ください！

医療と介護のコンシェルジュ

介護保険って
どんなことが
できるの？

ご相談は
無料です

リハビリして
元気に過ごすには
どうしたらいい？

介護保険の
申込み方が
わからない

最近、物忘れが
増えている気がする

病気で体が不自由に。
これからどうしたら
いいのか不安...

当法人の個人情報保護規定に基づき、
ご相談いただいた内容・秘密は固くお守りいたします。

 **022-378-6123**
(月～金 9:00～17:00)

お電話でのご相談、
対面でのご相談、
いずれも承ります。

外来予定表

整形・内科

平日 診療時間 8:30-11:30/14:00-17:00

土曜日は13:00迄、日曜日は9:00-12:00迄 外来診療を行っております。

2025年1月のみ

| | | 月 | | | | | 土 | | | | |
|----------|----------------------|-----------------------|--------------|-----------|------------------|------------------|---|----------------------|------------------|---------------|----------------|
| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 1月 | 1月 | | | |
| 整形 外科 | 午前 | 前半 受付時間 9:30迄 | 松田 倫政 | 松田 倫政 | 松田 倫政 | 松田 倫政 | 松田 倫政 | 午前 受付時間 13:00迄 | 1月 4日、18日 | 1月 11日、25日 | |
| | | | 松田 倫治 | 榎本 修 | 小林 力 | 中村 (受付9:30迄) | 中村 泰裕 | | 2月 1日、15日 | 2月 8日、22日 | |
| | | | 佐々木/予約 | 松田 倫治 | 山城 正浩 | 安藤 晃 | 榎本 修 | | 3月 1日、15日、29日 | 3月 8日、22日 | |
| | | 山田 祐一郎 | 安藤 晃 | 澤田 匡弘 | 藤井 玄二 | 山城 正浩 | 松田倫政/10:00迄 | | 松田倫政/10:00迄 | | |
| | | | 三浦 隆徳 | 井樋[肩]/予約 | 山田 祐一郎 | 藤井 玄二 | 山田 祐一郎 | | 藤井 玄二 | | |
| | | | | 榎本 修 | 榎本 修 | 甲川/予約 | 中村 泰裕 | | 佐々木 健 | | |
| | 午後 | 前半 受付時間 15:00迄 | 松田 倫治 | 榎本 修 | 松田 倫政 | 山田 祐一郎 | 中村 泰裕 | 日曜日(9:00-12:00) | 午前 | 外科系非常勤医師 | |
| | | | 佐々木/予約 | 松田 倫治 | 山城 正浩 | 安藤 晃 | 千葉 武志 | | | | 山田 祐一郎 |
| | | | 山田 祐一郎 | 安藤 晃 | 澤田 匡弘 | 藤井/乳幼児のみ受付 | 榎本 修 | | | | 中村 泰裕 |
| | | 安藤 晃 | 三浦 隆徳 | 榎本 修 | 榎本 修 | 山城 正浩 | 澤田 匡弘 | | | | |
| | | | | | | 藤井 玄二 | 安藤 晃 | | | | |
| | | | | | | 甲川/予約 | 三浦 隆徳 | | | | |
| 午後 | 前半 受付時間 17:00迄 | 安藤 晃 | 笠間/初診は予約 | 松田 倫政 | 榎本 修 | 榎本 修 | 土曜日の担当医は、変更になる場合がございます。 最新の情報は、 ホームページ でご確認願います。 | 午後 | 外科系非常勤医師 | | |
| | | 小林 力 | 佐々木/予約 | 信田/第2,4週 | 佐々木/予約 | 千葉 武志 | | | | 山田 祐一郎 | |
| | | 山田 祐一郎 | 松田 倫治 | 山城 正浩 | 澤田/15:00開始 | 小林 力 | | | | 三浦 隆徳 | |
| | | 三浦 隆徳 | 山田 祐一郎 | 山田 祐一郎 | 三浦 隆徳 | | | | | | |
| | | 山田 祐一郎 | | 安藤/隔週 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| 午後 | 後半 受付時間 17:00迄 | 安藤 晃 | 笠間/初診は予約 | 松田 倫政 | 榎本 修 | 榎本 修 | 日曜日(9:00-12:00) | 午前 | 外科系非常勤医師 | | |
| | | 澤田/15:00開始 | 佐々木/予約 | 信田/第2,4週 | 佐々木/予約 | 千葉 武志 | | | | 山田 祐一郎 | |
| | | 山田 祐一郎 | 松田 倫治 | 山城 正浩 | 澤田/15:00開始 | 三浦 隆徳 | | | | | |
| | | 三浦 隆徳 | 山田 祐一郎 | 山田 祐一郎 | | | | | | | |
| | | 山田 祐一郎 | | 安藤/隔週 | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| 内科 | 午前 | 前半 受付時間 9:30迄 | 松田 恵三郎/松田 泰史 | 中山[循] | 松田 恵三郎/松田 泰史 | 佐藤[循] | 松田 恵三郎/松田 泰史 | 午前 受付時間 10:00迄 | 非常勤医師 | 曾根 眞一郎 | |
| | | | 宮下 起幸 | 木村/9:30開始 | 非常勤医師 | 小野寺/予約 | 非常勤医師/第1,3,5週 | | | | 武藤 元 |
| | | | 西岡 可奈 | 武藤 元 | 石井(リウマチ科) | 武藤 元 | 中井 茂康 | | | | 松田 泰史(第1,3,5週) |
| | | | 西岡 可奈 | | 西岡 可奈 | 宮下 起幸 | 非常勤医師(第2,4週) | | | | |
| | | | 小野寺/予約 | | | 増田/予約 (第2,4週) | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| | 午後 | 後半 受付時間 11:30迄 | 松田 恵三郎/松田 泰史 | 中山[循] | 松田 恵三郎/松田 泰史 | 佐藤[循] | 松田 恵三郎/松田 泰史 | 午後 受付時間 13:00迄 | 非常勤医師 | 中井 茂康(12:00迄) | |
| | | | 宮下 起幸 | 木村 雄一郎 | 中井 茂康 | 小野寺/予約 | 非常勤医師/第1,3,5週 | | | | 松田 泰史 |
| | | | 西岡 可奈 | 西岡 可奈 | 非常勤医師 | 武藤 元 | 中井 茂康 | | | | 非常勤医師(第2,4週) |
| | | | 小野寺/予約 | 石井(リウマチ科) | 西岡 可奈 | 宮下 起幸 | | | | | |
| | | | | | | 増田/予約 (第2,4週) | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |
| 午後 | 受付時間 17:00迄 | 松田 好史 | 佐藤 智/予約 | 山本 直弘 | 小西/予約 | 松田 好史 | 土曜日の担当医は、変更になる場合がございます。 最新の情報は、 ホームページ でご確認願います。 | 日曜日(9:00-12:00) | 午前 | | |
| | | 中井 茂康 | 曾根 眞一郎 | 非常勤医師 | 佐藤[循] | 非常勤医師 | | | | 内科系非常勤医師 | |
| | | 武藤 元 | 中井 茂康 | 武藤 元 | 中井 茂康 | 武藤 元 | | | | | |
| | 寺嶋[循]/予約 | 安田 聡[循] (受付16:00迄) | | 宮下 起幸 | 増田/予約 (第2,4週) | | | | | | |
| | | | | | 心外来/予約 | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |

注) 上記の外来予定表は、2025年(令和7年)1月1日時点で作成しております。

担当医は、学会への参加・急患対応等により変更になる場合がございます。

最新の情報は、[ホームページ](#)でご確認願います。



当日の外来担当医
掲載しております

外来予定表

整形・内科

平日 診療時間 8:30-11:30/14:00-17:00

土曜日は13:00迄、日曜日は9:00-12:00迄 外来診療を行っております。

2025年2月～

| | | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | | |
|--------------------------------|----------------------|-----------------------|-------------|-----------|------------------|------------------|---|---|---------------|
| 整形外科 外来予定 全一覽表 常勤・非常勤 | 午前 | 前半 受付時間 9:30迄 | 松田 倫政 | 松田 倫政 | 松田 倫政 | 松田 倫政 | 松田 倫政 | 1月 4日、18日 | 1月 11日、25日 |
| | | | 松田 倫治 | 樫本 修 | 三浦 隆徳 | 中村 (受付9:30迄) | 中村 泰裕 | 2月 1日、15日 | 2月 8日、22日 |
| | | | 佐々木/予約 | 松田 倫治 | 山城 正浩 | 安藤 晃 | 樫本 修 | 3月 1日、15日、29日 | 3月 8日、22日 |
| | | 山田 祐一郎 | 安藤 晃 | 澤田 匡弘 | 藤井 玄二 | 山城 正浩 | 松田倫政/10:00迄 | 松田倫政/10:00迄 | |
| | | | 三浦 隆徳 | 井樋[肩]/予約 | 山田 祐一郎 | 藤井 玄二 | 山田 祐一郎 | 藤井 玄二 | |
| | | | | 樫本 修 | 樫本 修 | 甲川/予約 | 中村 泰裕 | 千葉 武志 | |
| | 午後 | 後半 受付時間 11:30迄 | 松田 倫治 | 樫本 修 | 松田 倫政 | 山田 祐一郎 | 中村 泰裕 | 山田 祐一郎 | 藤井 玄二 |
| | | | 佐々木/予約 | 松田 倫治 | 山城 正浩 | 安藤 晃 | 千葉 武志 | 中村 泰裕 | 佐々木 健 |
| | | | 山田 祐一郎 | 安藤 晃 | 澤田 匡弘 | 藤井/乳幼児のみ受付 | 樫本 修 | 澤田 匡弘 | 千葉 武志 |
| | | 安藤 晃 | 三浦 隆徳 | 樫本 修 | 樫本 修 | 山城 正浩 | 安藤 晃 | 松田 倫治 | |
| | | | | 三浦 隆徳 | | 藤井 玄二 | | 三浦 隆徳 | |
| | | | | | | 甲川/予約 | | | |
| 午後 | 前半 受付時間 15:00迄 | 安藤 晃 | 佐々木/予約 | 松田 倫政 | 樫本 修 | 樫本 修 | 土曜日の担当医は、変更になる場合がございます。 最新の情報は、 ホームページ でご確認願います。 | | |
| | | 小林 力 | 松田 倫治 | 信田/第2,4週 | 佐々木/予約 | 千葉 武志 | | | |
| | | 山田 祐一郎 | 三浦 隆徳 | 山城 正浩 | 澤田/15:00開始 | 小林 力 | | | |
| | | 山田 祐一郎 | 山田 祐一郎 | 山田 祐一郎 | 三浦 隆徳 | | | | |
| | | | 小林 力 | 安藤/隔週 | | | | | |
| | | | 樫本 修 | | | | | | |
| 午後 | 後半 受付時間 17:00迄 | 安藤 晃 | 佐々木/予約 | 松田 倫政 | 樫本 修 | 樫本 修 | 土曜日の担当医は、変更になる場合がございます。 最新の情報は、 ホームページ でご確認願います。 | | |
| | | 澤田/15:00開始 | 松田 倫治 | 信田/第2,4週 | 佐々木/予約 | 千葉 武志 | | | |
| | | 山田 祐一郎 | 三浦 隆徳 | 山城 正浩 | 澤田/15:00開始 | 三浦 隆徳 | | | |
| | | 山田 祐一郎 | 山田 祐一郎 | 山田 祐一郎 | | | | | |
| | | | 樫本 修 | 安藤/隔週 | | | | | |
| | | | | | | | | | |
| 内科 外来予定 全一覽表 常勤・非常勤 | 午前 | 前半 受付時間 9:30迄 | 松田 泰史/松田 泰史 | 中山[循] | 松田 泰史/松田 泰史 | 佐藤[循] | 松田 泰史/松田 泰史 | 非常勤医師 曾根 眞一郎 武藤 元 松田 泰史(第1,3,5週) 非常勤医師(第2,4週) | |
| | | | 宮下 起幸 | 木村/9:30開始 | 非常勤医師 | 小野寺/予約 | 非常勤医師/第1,3,5週 | | |
| | | | 西岡 可奈 | 武藤 元 | 石井(リウマチ科) | 武藤 元 | 中井 茂康 | | |
| | | | 西岡 可奈 | | 西岡 可奈 | 宮下 起幸 | | | |
| | | | 小野寺/予約 | | | 増田/予約 (第2,4週) | | | |
| | | | | | | | | | |
| | 午後 | 後半 受付時間 11:30迄 | 松田 泰史/松田 泰史 | 中山[循] | 松田 泰史/松田 泰史 | 佐藤[循] | 松田 泰史/松田 泰史 | 非常勤医師 中井 茂康(12:00迄) 松田 泰史 非常勤医師(第2,4週) | |
| | | | 宮下 起幸 | 木村 雄一郎 | 中井 茂康 | 小野寺/予約 | 非常勤医師/第1,3,5週 | | |
| | | | 西岡 可奈 | 西岡 可奈 | 非常勤医師 | 武藤 元 | 中井 茂康 | | |
| | | | 小野寺/予約 | 石井(リウマチ科) | 西岡 可奈 | 宮下 起幸 | | | |
| | | | | | | 増田/予約 (第2,4週) | | | |
| | | | | | | | | | |
| 午後 | 受付時間 17:00迄 | 松田 好史 | 佐藤 智/予約 | 山本 直弘 | 小西/予約 | 松田 好史 | 土曜日の担当医は、変更になる場合がございます。 最新の情報は、 ホームページ でご確認願います。 | | |
| | | 中井 茂康 | 曾根 眞一郎 | 非常勤医師 | 佐藤[循] | 非常勤医師 | | | |
| | | 武藤 元 | 中井 茂康 | 武藤 元 | 中井 茂康 | 武藤 元 | | | |
| | 寺嶋[循]/予約 | 安田 聡[循] (受付16:00迄) | | 宮下 起幸 | 増田/予約 (第2,4週) | | | | |
| | | | | | 心外来/予約 | | | | |
| | | | | | | | | | |
| | | | | | | | 日曜日(9:00-12:00) | | |
| | | | | | | | 午前 | 内科系非常勤医師 | |

注) 上記の外来予定表は、2025年(令和7年)2月1日時点で作成しております。

担当医は、学会への参加・急患対応等により変更になる場合がございます。

最新の情報は、[ホームページ](#)でご確認願います。



当日の外来担当医
掲載しております

外来予定表

形成外科・皮膚科・眼科・耳鼻いんこう科
 歯科・泌尿器科・精神科（エバーグリーン病院）

平日 診療時間 8:30-11:30/14:00-17:00

土曜日は13:00迄 外来診療を行っております。

2025年1月～

| 形成外科 | 月 火 水 木 金 | | | | | | 土 |
|---------|-------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| | 午前 | 松田倫史 (9:00~) [一般形成] | 非常勤医師 (9:00~) [一般形成] | 非常勤医師 (9:00~) [一般形成] | 非常勤医師 (9:00~) [一般形成] | 非常勤医師 (9:00~) [一般形成] | 非常勤医師 (9:00~) [手外科] |
| 皮膚科 | 月 火 水 木 金 | | | | | | 土 |
| | 午前 | 山田 容子 相場 節也 | 山田 容子 相場 節也 | 山田 容子 相場 節也 | 山田 容子 相場 節也 | 山田 容子 相場 節也 | 非常勤医師(第2,4週) |
| 午後 | 山田 容子 相場 節也 | 山田 容子 相場 節也 | 山田 容子 | 山田 容子 相場 節也 | 山田 容子 相場 節也 | ※土曜受付：12時迄 ※第1,3,5週土曜休診 | |
| 眼科 | 月 火 水 木 金 | | | | | | 土 |
| | 午前 | 面高 宗子 (9:00~) | 伊藤 亜紀 (9:00~) | 伊藤 亜紀 (9:00~) | 萱場 寛子 (9:00~) | 浅野 浩一 (9:00~) | 非常勤医師(9:00~) |
| 午後 | 伊藤 亜紀 (~16:45) | 浅野 浩一 | 手術 | 高橋 絵利子 | 伊藤 亜紀 (~16:45) | ※土曜受付：12時迄 | |
| 耳鼻いんこう科 | 月 火 水 木 金 | | | | | | 土 |
| | 午前 | 石戸谷 雅子 (9:00~) | 川瀬 哲明 (9:00~) | 川瀬 哲明 (9:00~) | 石戸谷 雅子 (9:00~) | 非常勤医師 (9:00~) | 非常勤医師 (9:00~) |
| 午後 | | | | | | ※土曜受付：12時迄 | |
| 泌尿器科 | 月 火 水 木 金 | | | | | | 土 |
| | 午前 | 佐々木 光晴 ※予約制 ※受付11:00迄 | 佐々木 光晴 ※予約制 ※受付11:00迄 | 佐々木 光晴 ※予約制 ※受付11:00迄 | 佐々木 光晴 ※予約制 ※受付11:00迄 | 佐々木 光晴 ※予約制 ※受付11:00迄 | 佐々木 光晴 ※予約制 ※受付11:00迄 |

歯科は、原則として【予約制】です。お待たせしないよう、予約にご協力願います。

| 歯科 | 月 火 水 木 金 | | | | | | 土 |
|----|----------------|-----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------|----------------|---|
| | 午前 | 今野 俊彦 松田 倫和 ※9:00診療開始 | 今野 俊彦 [口腔外科] 武田 雄利 | 今野 俊彦 松田 倫和 [歯周病] 天雲 太一 | 今野 俊彦 松田 倫和 | 今野 俊彦 松田 倫和 | 今野 俊彦 松田 倫和 |
| 午後 | 今野 俊彦 松田 倫和 | 今野 俊彦 松田 倫和 [口腔外科] 武田 雄利 | 今野 俊彦 松田 倫和 [歯周病] 天雲 太一 | 今野 俊彦 松田 倫和 | 今野 俊彦 松田 倫和 | 今野 俊彦 松田 倫和 | ■矯正歯科 診療日 ・毎月 第1土曜 10:00~12:30 13:00~17:00 |

医療法人松田会 エバーグリーン病院（松田病院 南側に隣接）

電話 022-378-3838

診療科目：精神科（一般精神科外来） 認知症・うつ病・統合失調症・睡眠障害・パニック障害・摂食障害

| 精神科 | 月 火 水 木 金 | | | | | | 土 |
|---------------------------|--------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|---------------------------|---------------------------|---------------|--------------------|
| | 午前 8:30 - 11:30 | 小高 晃 西條 稔 瀬川 克己 鈴木 一正 | 小高 晃 西條 稔 鈴木 一正 | 小高 晃 西條 稔 鈴木 一正 ※2 | 小高 晃 瀬川 克己 鈴木 一正 ※2 | 小高 晃 鈴木 一正 | 小高 晃 ※1 西條 稔 ※1 |
| 午後 14:00 - 17:00 | 小高 晃 西條 稔 瀬川 克己 鈴木 一正 | 鈴木 一正 | 小高 晃 ※3 西條 稔 鈴木 一正 ※2 | 小高 晃 瀬川 克己 鈴木 一正 ※2 | 鈴木 一正 | | |

新患の方は予約制になります。事前にお電話にてお問い合わせください。午前の新患は10:30まで。午後の新患は16:00まで受付です。

- ※1 土曜日の受付時間は8:30-12:00になります
- ※2 鈴木医師の休診 第2・第4（水）（木）、第5（水）
- ※3 小高医師の休診 第1・第4（水）

美容外科の新機械

松田病院美容外科の
インスタグラムは
こちら



ポテンツァ (POTENZA)

ニキビ・ニキビ跡・毛穴・小じわ・肝斑・赤ら顔・ハリやツヤ・たるみなどお肌の幅広いトラブルに対応できる美肌治療機器です。マイクロニードルという極細針でお肌に小さな穴を開けることで自然治癒力により、肌のターンオーバーを促し、様々な皮膚トラブルや肌質改善の効果が期待できます。高周波をあてながら止血を同時にすることが可能なので、ダウンタイムも痛みも最小限に抑えることができます。

また、ポテンツァ独自の特殊なポンピングチップを使用し、マイクロニードルによってできた穴から真皮層に薬液を浸透させるドラッグデリバリーシステムがあります。当院ではポテンツァ用に開発された『マックーム』というポリ乳酸製剤を使用しています。

さらにダイヤモンドチップという針を刺さずに高周波エネルギーを照射する治療法があり、お肌の引き締めを行います。針を使わないため痛みやダウンタイムがほとんどありません。

マイクロニードルによる高周波治療

全顔（麻酔代込） 1回 59,400円

ダイヤモンドチップによる高周波治療

全顔（麻酔不要） 1回 33,000円

首（麻酔不要） 1回 16,500円

医療法人松田会松田病院

代表番号：022-378-5666

◇ 診療科目

【西棟】 整形外科、形成外科、内科、消化器内科、内視鏡内科、
循環器内科、脳神経内科、美容外科、美容皮膚科、
耳鼻いんこう科、リハビリテーション科、麻酔科
リウマチ科



当日の外来担当医
掲載しております

【東棟】 皮膚科、小児皮膚科、泌尿器科、眼科、歯科、歯科口腔外科、矯正歯科

◇ 住所

宮城県仙台市泉区実沢字立田屋敷17-1

☆ 松田会には松田病院以外にも、介護老人施設や小規模多機能や看護小規模多機能、定期巡回・随時対応型訪問介護看護等の在宅生活を支援する事業所がございます。お気軽にご相談ください。住み慣れた地域での生活をサポートいたします。