

節分

●院内行事●

節分だ！鬼だ！豆まきだ！ 福よこいこい！

豆まきを楽しもう！！

節分は、「みんなが健康で幸せに過ごせますように」という意味をこめて、悪いものを追い出す日。

鬼と一緒に
写真撮影！！



新聞紙のボールを豆に見立て、職員扮する鬼に豆を投げます。

赤チームと青チームに分かれて、赤鬼の箱、青鬼の箱にボールを入れる玉入れゲームをしました。

ワーイ！勝ったぞ～
バンザイ！！



鬼の顔が貼ってあるペットボトルやボーリングのピンにボールをぶつけて倒すゲームをしました。

なかなか倒せませんでしたが、一生懸命投げて見事倒す事が出来ました！

ひな祭り



音楽療法とひな祭り写真撮影をしました。

女性はお化粧と髪セットをして、男性は烏帽子(えぼし)を被ったことで嬉しそうに微笑んでいました。

映画鑑賞



週に1度の映画鑑賞です！

午前と午後1時間ずつ鑑賞します。

患者さまに人気の作品は、「男はつらいよシリーズ」や「年忘れ日本の歌シリーズ」です。

みなさん夢中で映画を観ていらっしゃいました。

3月3日はひな祭り(桃の節句)。雛人形を飾り、女の子の成長を願うお祝い事として広く親しまれ、ちらし寿司やひなあられを食べる方も多いのではないのでしょうか。そこで今回は春の行事、「ひな祭り(桃の節句)」についてご紹介したいと思います。

・ひな祭りについて

江戸時代の初めには、3月3日はひな遊びの日として定着していましたが、人形を飾ることができたのは裕福な家に限られていました。庶民にとっての3月3日は、水ぬるむ磯で遊び、季節のごちそうを楽しむことでした。魚介の入ったちらし寿司やハマグリのお吸い物はその名残で、ひな祭りは春の訪れを祝う行事でもあります。



～ちらし寿司～

上に乗せる具材に意味があり、おせち料理と同じように、海老は「長寿」、レンコンは「見通しがきく」、豆は「健康でまめに働ける」等々です。縁起の良いいわれがあるため、他の行事食でもよく使われます。また、桃の花の色に似ているでんぶや季節ものである菜の花を飾って彩りを華やかにします。



～ハマグリのお吸い物～

ハマグリには、もとの組み合わせ以外の貝殻と合わないことから、良い結婚相手が見つかりますように、との願いが込められています。

ひな祭りの 代表的な食べ物



～菱餅～

桃の花の「赤」、雪に見立てた「白」、新緑の「緑」の3色で春の訪れを表しています。



～ひなあられ～

ひなあられも菱餅と同じ色をしており、込められている意味も同じです。外で菱餅を食べることができるように砕いてひなあられにしたという由来もあります。



～白酒・甘酒～

童謡のひな祭りでも歌われている白酒。長寿と厄払いのために飲みます。白酒にはアルコールが含まれており、子どもが飲めないため、見た目似ていてアルコールを含まない甘酒も飲まれるようになりました。

精神科コラム 「野生」の「ヒト」と「自己家畜化」した「人」(前篇)

「はじめに」

動物園の動物たち、例えば上野動物園のホッキョクグマは、「北極圏」という「本来の環境」にいないことを知りうるだろうか。動物園に用意された疑似環境こそが本来の環境だとか考えられないのではなからうか。ただ、「本来の環境」にいないことを知ったとして「幸せ」だろうか。また、たとえ知りえたとしても自力で「本来の環境」に戻る術はあるだろうか。

今回、これまでのコラムに通底し、現代文明社会下の人類を考える上で欠かせないものと筆者が考える「野生の狩猟採取民」「農耕・牧畜と自己家畜化」といった視点からの人類について改めて考える。

今回も紙面の都合で諸説示せないものや、アバウトにせざるをえない部分もあるが、フィクションや疑似科学等ではなく、これまでの人類学的知見、科学的知見からの仮説に基づく筆者の考察であり、複眼的視点、多様な視点の一つとして捉えて頂ければ幸いである。

(前篇では主に「野生」の「ヒト」について考え、後篇ではそれと対比する形で「自己家畜化」した「人」について考える。なお、次々回以降は進化的視点をもちつつ、より一般的な医学や精神医学に関連した話題としたい。)

「進化的適応環境」

生物の種や亜種は、自然淘汰によって、それぞれの時代の環境や生態学的地位に適応する形で先祖種から枝分かれて生まれてくる。現生人類の祖先が、現生チンパンジーの祖先と枝分かれたのは約600万年前とされる。

その後、様々な人類種や人類亜種に進化・枝分かれた後(時に数種の人類が併存した)、約20万年前に現在のアフリカのボツワナ北部辺りにて、現生人類種としてのヒト(ホモ・サピエンス・サピエンス、以後「ヒト」)が誕生した。

ある種が生まれ適応していた環境を「進化的適応環境(EAA)」と呼ぶ(広義にはその種のそれまでの進化史における全環境である)。ホッキョクグマにとつての北極圏であり、ツシヤママネコにとつての対馬であり、ヒトにとつてのかつてのボツワナ辺りである。

実は、ヒトには後述する「自己家畜化」による修飾(小進化)があるのだが、現生人類も基本的にこの時の環境に適応した遺伝子を今も持つのであり、赤子はそのような世界に生まれてくるものと思つて生まれてくるのだし、我々の遺伝子は今もある意味「その世界を生きて」いる。

だが、その当時のヒトの生活や環境を完全に知ることも再現することも不可能である。それを類推する手段は、直接的は発掘調査による

化石や地質学的調査等から分かる環境等であり、間接的には、ヒトと遺伝的に近縁な霊長類(特にチンパンジーやボノボ)の遺伝、行動、形態、生態や、野生に近い狩猟採集民の遺伝・行動・文化的な調査・研究等である。これらは諸説あるものもあり、新たな仮説や知見により今後書き換えられてもいくが、概ね次のようなものと考えられる。

「ヒトの本来生きる世界」

ヒトは十数万年に渡りおよそ100人(50×150人)程度の父系の一族的な血縁集団の狩猟採集民として暮らしていた。裸であった(といっても現在より全身の毛は多かった)が、そこに羞恥心や嫌悪感はなかった。男女の分業があり、基本的に成人期の男性は主に狩猟、女性は主に果実等の採集や子育てを行った。

性成熟する精通・初潮前後に親離れ・子離れして社会的にも成熟し、男性は部族社会の一員として狩猟に加わるようになり、女性は別の部族へと移っていった(近親的交配を避けるため)。「親の価値観」から、次第に「同世代の価値観」を重視するようになるが、それも部族社会への適応的行動であり、思春期に反抗期がみられることが多いのも親離れ・子離れするための生得的な心理的名残である。

新たな部族に入った女性は、一夫一妻もしくは一夫多妻的に迎えられたが、部族内の多くの男性と性交渉することが多かった(なお、以前のコブムでも触れたように、ヒトの精巢の大きさから臍内の精子間競争の存在が示唆され、時に集団強姦的でもあった。捕食者に狙われるリスクなどがありながら性交時に女性が出すのは、他の男性の注意を引くためとも言われる。)

子が生まれると、母子の結びつきが基本であったが、父性のはつきりしないことも多い代わりに、性交に関わった多くの男性(「自分の子」かもしれない)の助けを借りられた。また、年配女性などの助けも借りることができ(おばあさん仮説)、いわば「部族の子」として育てられた。ヒトの子は、二足歩行に伴う骨盤の狭小化と

脳の巨大化により、「自然状態」より12か月程度早産の極めて無力な未熟児として生まれてくるため(脳は生後もそれまでのペースで約一年間巨大化する)、より男性や周囲の子育てへ参加が重要になった。それでも現在に比べて圧倒的に多産・多死であり、周産期の母子の死亡リスクも高かった。

女性をめぐる男性間の争いはあっただろうし、性的二型の存在から能力差等による社会的順位により高順位ほど繁殖機会が多いという一夫多妻的な傾向もあったものと考えられるが、男性は基本的に縁戚であるので、たとえ直接子を遺せなくても、血縁淘汰的には狩猟や子育てへの協力を通して部族に貢献することには意味

があった。

また、個々の部族社会ごとの縄張り、それを守るためのルール、順位等があったと考えられるが、時計に管理されるような時間、貨幣、仕事、会社、学校、税、国家等の組織も概念もなく、基本的に空腹等から狩猟や採集したのであり、順位差による生存・繁殖機会の差はあっても、個々の富の蓄積による大きな貧富差はなかった。

家族や部族を養うだけの食物を確保するのに要した時間(いわば労働時間)は、週平均20時間程度だったとの説がある。ただ、それは状況次第で大きく変化しただろうし、気象等様々な要因による狩猟・採集力の低下と飢えの危機などもあっただろう。

しかしながら、様々な知見から、狩猟採集民の生活は概ね豊かだったとされる。多様な食材と火による調理、道具製作、歌や踊り、そして酒宴もあり、様々な「遊び」もあったとされる。自殺なども皆無かく稀なことだったと考えられている。

「狩猟の過酷と興奮」

狩猟は、部族の人数からいって、10人前後の男子精鋭集団で行っていた可能性が考えられる。それが現代の集団競技(野球、バスケット、サッカー等)に引き継がれているのだろう。蜜な意思疎通をするのに生得的なサイズなのだと思われる。

何日も食料がなく数十キロ歩いて狩猟し続けなければいけない日々もあっただろうし、逆に大型哺乳類を射止めれば何日も休めたかもしれない。

時に何日もの空腹に耐え、家族や部族全体の命がかかった狩りは、死と隣り合わせの過酷を極めたものだったと思われるが、マンモス等を射止めた時の達成感や部族からの賞賛は相当大きかったはずで、脳内ドーパミン量による快感は高く、承認欲求も満たされたことと思う。女性にもモチただろう。(現代でも高い運動能力はモチの要素であるし、スポーツ選手は社会的にも賞賛されやすい。「早く走る」能力だけでも、世界一なら、ノーベル賞受賞者以上に世界に名を知られることだろう。)

脳内麻薬で快感や、強い主観的幸福を感じる脳内機構はあるのに、それを現代社会において十分機能させるような出来事や仕事は少なく、麻薬等で刺激しないと同等のものを自然に得るのが困難となっているのではないか。

例えば、マンモスを射止めたのと同程度の食料を調達できるだけの金銭を仕事で稼いでも、同等の興奮や喜びも、家族や社会からの賞賛もまず得られないだろう。

狩りなどの遊びやそれを模したゲーム、集団競技への参加や応援等によっても、生得的な快感のほんの一部を「疑似的」に味わえるに過ぎない。

「部族のリスクと長期の存続・繁栄」

無論当時の世界を安易に理想化するべきではなく、部族間の縄張り争いや他部族からの襲撃等のリスクもあっただろうし、部族内での順位を巡る争いや、ルールを破った場合の高順位者からの暴力的制裁もあっただろう。最悪、部族から追放されることもあっただろうが、殺されることはまれであったとされる。ただ、これも部族や状況次第だろう。現代の倫理や法的視点から見れば性犯罪的な強姦や集団強姦的なことも多かったはずである。(ただ、露出、盗撮、淫行などはありえない。)

他にも毒ヘビや毒グモに噛まれて死ぬリスクもあったし、様々な病気やケガもあったはずである。なお、ヘビやクモへの恐怖は遺伝子に刻まれた生得的なものだということが明らかになっている。

また、後述するように感染症は存在しても、人口密度が高まり他部族との接触や家畜との距離が近くなった農耕・牧畜・都市化以前は少なかった。虫歯の増加も、食材に占めるデンプン量の急増以降である。

狩猟採集社会では、自然によく歩いたし、食塩も脂も砂糖もカロリーも少なかったので、高血圧、糖尿病、高脂血症、肥満等とはほぼ無縁であった。彼らからみれば、現代人のお金をかけて肥えておきながら、お金をかけて痩せようとする行動は、無駄で不可解なことに見えるだろう。

部族の男性は生まれた時から知られ、女性は10代前半から部族内全員に知られており、戸籍や名前はなく、正確な年齢もわからなかったが、100人前後の成員それぞれの個性や能力、人間関係などをお互い知り尽くしていた。よって、見知らぬ「よそもの」(特に男性)に対する社会や成員の不安や恐怖は現代よりも少なかっただろう。

学校はなく読み書きなども学ぶ必要はなかったが、部族内で自然と身に着けられた口語と視線等によって、コミュニケーションは密に取られていた。

部族の長は、部族内のことと、周囲の部族との関係や縄張り内の狩猟・採集に関わる知識等を持つていれば良かっただろうし、権威として尊敬もされただろう。100人前後から成る部族がいわば「社会」の全てであり、それ以上のことを知ることはできなかったし、知る必要もなかった。

部族の成員数は概ね一定だったが、何かしらの要因で成員数が増え、何らかの部族内対立が深刻になると二つの部族へと分裂した。(その際に100人に1人程度の罹患率である統合失調症がプラスに働いたとする集団分裂仮説がある。)

ヒトになって以降、十数万年に渡り、どの時代のどの部族に生まれても、概ね似たような人生を送った。氷河期や世界へ広がる過程での自

然環境の多様さはあったが、社会(コミュニティ)としては、それが生得的な環境であり、生き方だった。

基本的に長期間保存できるような食料の備蓄はなく、飢え等の様々なリスクが常にあり、現代文明の大部分のものは存在しなかったが、それでもヒトは十数万年に渡って滅びることはなく、増減は繰り返しつつも、全体としては繁栄していった。

そして、狩猟・採集社会では、いわば自然の恵みからの「利子」で生活していたのであり、「元本」まで食い尽くすようなことはしなかったし、能力的にできなかったともいえる。いずれにせよ究極の「持続可能な社会」であった。

なお、能力的にできなかったのは、当時のユーラシア大陸にはそれ以前に枝分かれした他の人類種や人類亜種の生き残りがいて(約180万年前以降人類は度々生誕のアフリカの地から出ている)、野生生物種もそれなりに生き延びる術を得ていたからである。だが、それまで人類未踏の地であった南北アメリカや、オーストラリア大陸にヒトが進出した際には、当時の大型哺乳類の多くが絶滅に追い込まれることとなった。

また、このヒトの出アフリカという世界への拡大過程で、当時のアフリカ人以外にはネアンデルタール人の遺伝子が一部取り込まれ、アジア人の一部には、デニソワ人の遺伝子が一部取り

込まれた。

人類学的に、熾烈な部族間戦争においては、男性は皆殺しにされ、女性は殺されるか強姦されるが多かったことを考えると、恐らくそれぞれの女性經由で遺伝子が遺された可能性が高い。女性にとつては悲劇であるが、そうした形であつても遺伝子は絶滅を逃れ、多様性を維持しようとするのである。

「農耕・牧畜と軍・都市国家の形成」

100人前後だった集団のサイズは、神話、芸術といった虚構の共有が可能となつた約6〜7万年前以降に集団サイズも全体の人口も増加していったとされる。それと共に新たな縄張りを求めて世界に拡がっていったとされるが、世界中の住みやすい場所にヒトがほぼ行き渡つた紀元前約1万年前頃から、肥沃な河川流域の定住的部族集団内において、ある種の植物や動物を管理下におく農耕や牧畜が始まり、ヒトの歴史は大きな転換点を迎える。

小麦や米など食(富)の蓄積が可能となり、富の偏在と共に、強い権力が生まれ、集団内での分業が進み、多様な専門的集団、道具や武器の多様化・高度化と共に、戦闘に特化した集団の形成とそれによる支配も可能となった。個々の競争は激しくなり、生得的能力だけでなく、教育や訓練などの努力を要し、厳しいルール下に置かれた。ほぼ見えず知らずの他人と共に生活し、労

働しなければならなくなつた。そうした集団に馴染めず、厄介者扱いされると、容赦なく追放・隔離・死罪となつた。

彼らが集団全体としては繁栄するにつれて、周辺の地でより広い縄張りを要する狩猟採集民は、次第に前者の戦闘集団に駆逐されていくこととなつた。大規模な殺戮も各地で見られただろう。また、前述したように家畜が近縁にいることと、人口密度が高まつたことで感染症も増えたが、集団免疫を付けた彼らの感染症によつても先住の狩猟採集民は駆逐されていった。

なお、筆者がかつて東大理学部時代に卒業研究として、東大総合研究博物館内にあつた全縄文人骨の戦闘に伴う骨折を調べた際には、指標となる明らかな「防御骨折」は一例のみで、先行研究の弥生人骨における「防御骨折」頻度より稀であつた。(つまり狩猟・採集の縄文人社会の方が、農耕の弥生人社会より平和であつたことが類推された。)

そして、先住の狩猟採集民を一通り駆逐し、僻地へ追いやった後も、人口の増大した部族集団はさらなる縄張り拡大を求めて、周辺の小部族を駆逐もしくは支配下に置くようになり、都市国家や王国を形成していった。そして、どこもが国家的集団となると、今度は縄張りの境界や覇権を巡つて絶え間ない争いを繰り返すようになり、それが現代にまで繋がっている。

農耕・牧畜は集団全体の富を増大させたが、その偏在も相まつて、相対的に多くの農民にとつ

ては狩猟採集時代より貧しくなつたとされ、労働時間も長くなつたとされる。

狩猟採集時代は、生得的な欲望に駆られての行動にも、頑張るべき時とそうでない時の緩急があつたが、農耕・牧畜以降、ずつと作物や家畜の世話をし続けねばならない継続的な「労働」を要するようになつた。

天候等の影響もより大きくなり、時に不作となつて大規模な飢饉なども発生することとなつた。人が管理できない天候に対して、神に豊穰を祈らずにはいられなかつただろう。

狩猟採集民はいわば自然の一部であつたし、宗教が生まれてからも自然と一体的でありアニミズム的であつたが、農耕・牧畜以降、「自然」は時に「悪」となり、農耕の神や牧畜の神が生まれることとなつた。

(後篇の「農耕・牧畜と自己家畜化のはじまり」へつづく)



腰痛予防・改善する座い方



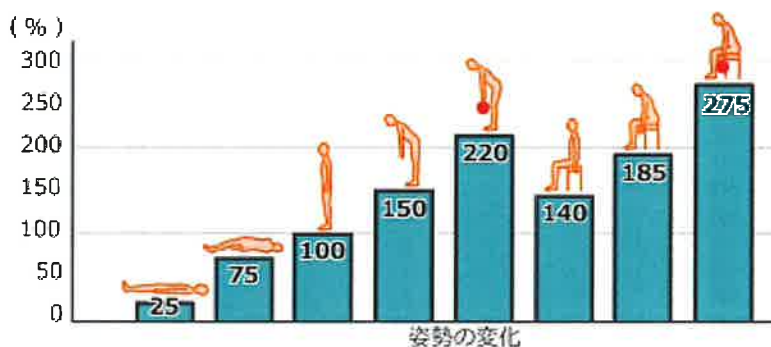
作業療法士室
だより

日本人の中高年の多くが、腰痛を少なからず持っているといわれています。運動やストレッチを適度にすれば改善する、と分かってはいてもなかなか続かないものです。その為、今回は「座る姿勢」に気を付ける事で、腰痛を予防・改善する座り方についてご紹介したいと思います。

座ったほうが腰に悪い??

座った方が楽…しかし椎間板へのストレスは高い

立っている姿勢よりも座った姿勢の方が楽、というのは多くの人の共通意見だと思います。ところがここに興味深い研究結果があります。下の図を見てください。



体重70kgの場合の
第3腰椎椎間板にかかる圧力

(Nachemson, A.: Lumbar intradiscal pressure.
In: Jeyson, H.V.(ed): The lumbar spine and
Back pain, pp257-269, London: Section publishing, 1976)

これは腰椎の椎間板にかかる圧力を、立っている時を100%として様々な姿勢で調べてみた結果です。人の背骨は椎骨と呼ばれる円柱状の骨がいくつも積み上げられている構造をしていますが、椎間板はその椎骨と椎骨の間にあり、衝撃や圧力を支えるクッション材にあたります。そのため椎間板の圧力が高いということは、それだけ背骨に対してストレスがかかっているということになります。例えば一番左の仰向けの姿勢では25%ですから、立っている時に比べて圧力は1/4です。

しかし座っている姿勢を見てみると140%となっており、なんと立っている姿勢の1.5倍に近い圧力が椎間板にかかっているということになります。どんな姿勢であろうと、体重によって身体のどこかしらにストレスはかかります。良い姿勢とは骨や筋肉、靭帯など様々な組織でバランスよく分担して、1か所にストレスが集中しないようにするものなのですが、姿勢によってはそれができないこともあります。椎間板にとってはそれが座った姿勢ということですね。他にも上半身を前に傾けたり、物を持つことによってさらに圧力は増します。



椎間板の圧力が高くなれば、それを支えるために筋肉や靭帯など周囲の組織にもさらに負担がかかります。健康な人にとっては、実感は無いかもしれませんが、椎間板ヘルニアや腰痛を抱える人にとっては症状を悪化させる危険もあります。長時間の座位姿勢や、前傾で重いものを持つといった動作はなるべく避けるようにしましょう。

どうしても座らなければならないなら…



とはいえ仕事などで、どうしても長時間座位姿勢をとらなければならない人もいるでしょう。その場合には普段の自分の座位姿勢を見直してみましょう。座り方によって身体にかかる負担は変化します。

写真の“x”の姿勢はいわゆる“悪い座位姿勢”です。注目してほしいところは骨盤の角度です。左側の写真は骨盤がゴロンと後ろに転がった状態になっているの分かるでしょうか。背骨はきれいなS字カーブを描くことで体重のストレスを身体全体に分散できるのですが、骨盤が後ろに倒れてしまうと腰椎のカーブが直線に近づき、その部分にストレスが集中しやすくなります。右側の写真は反対に起こし過ぎです。良い姿勢をとろうと意識しすぎると、このような姿勢になりがちです。

真ん中の“o”の写真は、立っている姿勢からそのまま股関節と膝を直角くらいに曲げて座った姿勢で、いわゆる“良い座位姿勢”と呼ばれるものの一つです。良い座位姿勢とはどのようなものかについては、判断基準がいくつかあるため意見の分かれるところですが、この姿勢では理想的な背骨のS字カーブを描くことができ、腰椎への負担を分散しやすいという特徴があります。

ただし筋肉が慣れるまでは結構疲れます。仕事をしながらであれば常に姿勢に気を配るのも大変でしょうから、気が付いたらこの姿勢をとってみる、というところから始めてみてはどうでしょうか。下腹部に軽く力を入れ、骨盤を起こして背筋を伸ばします。胸を張り過ぎて背中を反らさないよう気をつけてください。背もたれが垂直に近いならガイドにしてみると加減が分かりやすいと思います。

腰痛に悩む人は、普段の自分の座位姿勢を気にしてみてください。

時には一緒に日向ぼっこ…

風は涼しく、青空が広がる。「今日は、外を歩きますか？」季節の移ろいを感じながら、心穏らぐ暖かなひと時を、共に過ごしたり…

作業療法は、その人が生き活きたした生活をおくれるよう、仕事、遊び、日常生活行為などさまざまな「作業」をとおして、こころとからだを元気にするリハビリテーション。

そんなリハビリテーションの国家資格をもつ専門家が「作業療法士」です。

人は作業をすることで元気になれる

(日本作業療法士協会キャッチコピー)



Q 認知症を予防するには？

A 生活習慣の改善と脳の活性化が有効です。

認知症の予防のためには、まず生活習慣を改善しましょう。(特に、有酸素運動と食事)

- ◆ 塩分・糖分・脂肪を取りすぎないで・・・(山の幸・海の幸を食卓へ)
- ◆ 禁煙と節酒を心がける
- ◆ 定期的かつ適度な有酸素運動をおこなう
- ◆ 規則的な休養と睡眠をとる

認知症予防(日常生活の心得)

1

もの忘れ 初めが大事 病院受診
早め早めに、相談を

2

手も足も口も動かし 認知症予防
指先使って今日も精出す

3

わっはっは
とにかく笑う生活を



4

せっせと歩こう毎日散歩
とじこもらずに認知症予防

5

あぶないよ 頑固で真面目で几帳面
くよくよせずに気を楽に

6

毎日 バランスを考えて
食べよう脳に良い食事



7

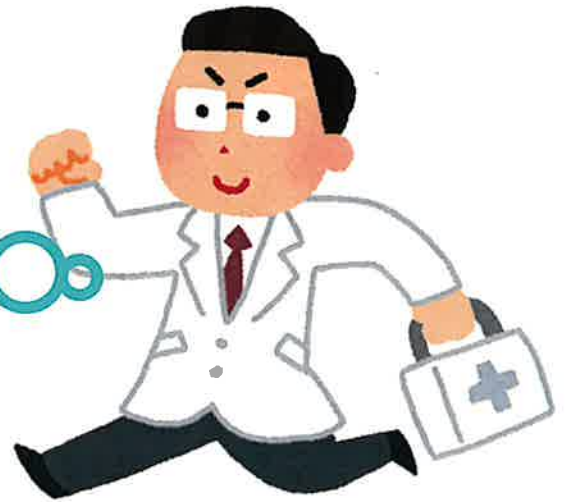
お医者さん 近くにいますか
かかりつけ
あなたの脳の見守り人



Q 認知症かな？と思ったら



早めに医師の
診断を



認知症かなと心配になったら、早めに専門の医師の診察を受けることが大切です。

「自分は大丈夫かな？」「家族の最近の様子が気になる」などご心配な方は、医師への相談・受診をおすすめします。



早ければ早いほど、適切な治療を受けることができ、健康な時間を長くすることができます。

理念

患者さまの権利と尊厳を尊重し、笑顔と愛の心で
 全人医療へ奉仕します

基本方針

- 1、私達は、地域に密着した精神科医療の提供と的確な認知症のケアを実践します。
- 2、私達は、患者さまの意思と人権を尊重し、心の通った、愛の心で医療を提供します。
- 3、私達は、患者さま並びにご家族の信頼を得、満足度の向上に努めます。
- 4、常に医療技術の研鑽と知識の習得に努め、安全で良質な医療を提供します。
- 5、私達は、理念達成のため、健全経営の維持向上に励みます。

患者さまの権利

当院では、患者さまと信頼関係で結ばれた「患者さま中心の医療」を行うことを目指しています。ここに「患者さまの権利と責任」を掲げ、これを尊重します。

- ・安全で適切な医療を公平に受ける権利があります。
- ・人権とプライバシーに配慮される権利を有します。
- ・診療内容につき、十分な理解をするための説明を受ける権利があります。
- ・検査、治療、その他医療行為に同意し、選択あるいは拒否する事ができます。

拒否した場合においても不利益を生ずることなく、同様な治療を受けることができます。

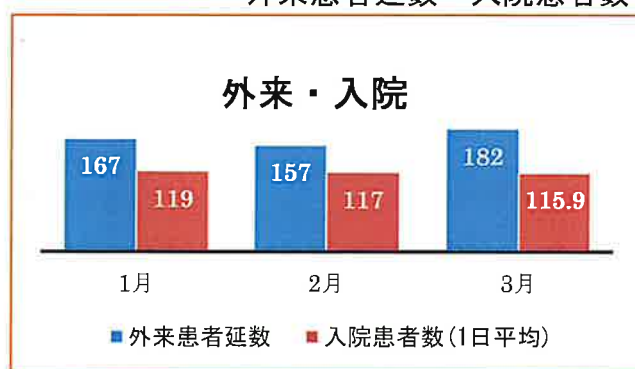
- ・診療情報を知る権利があります。
- ・自身の診療について、他の医師等の意見を聞く（セカンドオピニオン）権利があります。
- ・精神保健福祉法等の法律に基づいた適切な手続きが保障される権利があります。

患者さまは、以上の権利のもと、治療上のルールを守り、医療を受ける権利があります。

外来診療担当医

	月	火	水	木	金
午前	高野	高野	齋藤	新谷	新谷
午後	齋藤	高野	齋藤	新谷	新谷

外来患者延数・入院患者数



一診療科目一

精神科 平日 AM 9:00~12:00
 PM 2:00~5:00
 TEL 0495-73-1611
 FAX 0495-73-1616

一診療時間一

休診日 土曜日午後・日曜日・祝日・祭日
 (土曜日午前)

入院随時 各種保険取扱い
 完全予約制となっております。



編集発行

2021年4月

医療法人(社団)明雄会 本庄児玉病院
 広報誌グループ

〒367-0212 埼玉県本庄市児玉町児玉 720

TEL. 0495-73-1611 fax. 0495-73-1616

ストリートビューQRコード



施設周辺の道路沿いの風景を
 パノラマ写真でご覧いただけます。
 こちらのQRコードを読み取って
 ご利用ください。