

# 星の街通信

夏号 Vol.27  
2015/7/15

待合室の小さなギャラリー  
うるしかぶれ  
NEAT のすすめ  
歯周病治療計画【1】  
多肉植物の育て方  
催し物のご案内  
うどん ア☆ラ☆カルト  
絵の具の話  
鶏の唐揚げの和風マリネ  
インフォメーション

痔核(いぼ痔)は切らずに  
注射で治せる病気です



# 痔核(いぼ痔)は切らずに注射で治せる病気です

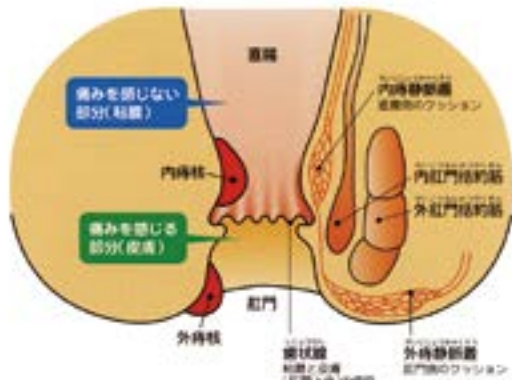


八木外科クリニック 院長 八木真悟

身近な人にも相談しにくい「いぼ痔」の悩み。そのままにしておくとも症状が進行し、肛門が外に脱出して痛みも出てきます。メスで切らずに注射による治療法がありますので、ぜひ「八木外科クリニック」に相談してください。

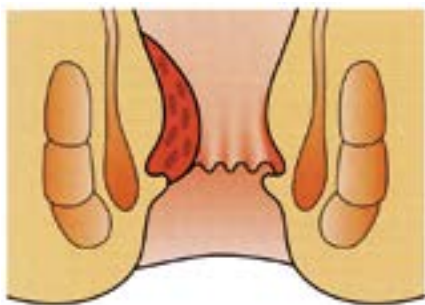
もう、いぼ痔には悩まない

## ●痔核(いぼ痔)の症状



痔核(いぼ痔)には、直腸側にできる内痔核、肛門側にできる外痔核がある。

## ●ジオン注を投与すると……



早い時期に痔核へ流れ込む血液の量が減って、出血が止まる。脱出の程度も軽くなる。



1週間から1ヵ月で痔核が次第に小さくなり、引き伸ばされていた支持組織が元の位置に癒着・固定して、脱出がみられなくなる。

協力 田辺三菱製薬株式会社

2006年8月の開院以来、多くの患者さんに安心の医療を提供している「八木外科クリニック」。近年は外科・肛門科を診療科に掲げる病院が少ないことや治療率の高さを聞きつけ、痔の治療に訪れる患者さんが半数以上を占めています。

痔は男女問わず多くの人が抱える病気です。症状が出ないものまで含めると、成人の半数以上にみられると言われています。大きく3つに分類され、①直腸肛門部の血行が悪くなり、血管の一部が膨れ上がる痔核 ②硬い便によって肛門上皮がさける裂肛 ③細菌感染が原因で膿が出る肛門周囲膿瘍・痔ろうがあります。痔疾患のなかでも痔

核は、男女ともに半数以上を占めています。症状が進むと痔核が肛門の外に脱出し、固くなって痛みや出血も出てきます。痔核はメスによって治療するイメージがありますが、「八木外科クリニック」では2007年より注射(ジオン注)による先進的な治療が行われています。院長の八木真悟医師は「いぼ痔(内痔核)は、メスを使う時代ではありません。注射で治す時代です」と語ります。ジオン注による治療を行える医師は富山市に4人しかおらず、治療を行うためには日本大腸肛門病学会員と同学会評議員2名からの推薦、少なくとも一回の講習会の受講が欠かせません。このジオン注による治療は、これまでに手術で痔核を切った人も受けられません。治療率は約96%で大きな

合併症はほとんどありません。入院しなくてすむため精神的・経済的な負担が少ないことや、300例以上の治療を行っている信頼感なども患者さんの評判につながっています。注射は内痔核の痛みを感じない部分にしますので、傷口からの出血や痛みもありません。

十分なインフォームドコンセント(治療説明)と軟膏薬での治療など、段階を踏んだ上でジオン注は行われています。通院期間は痔核の退縮速度によっても異なりますが、6〜8週間が目安です。保険適用も認められており、医療費は3割負担の場合で約一万五千元。メスでの手術をしたのに再発してしまった方、進行する症状に悩んでいる方など、内痔核(いぼ痔)を持つ方はぜひ受診してください。



## 《痔を予防しよう！》

### 【1】毎日お風呂に入る。

入浴により血行が促進され、清潔さも保たれる。

### 【2】いつもお尻をキレイに。

細菌が繁殖してかゆみや炎症が起きないようにする。

### 【3】便秘や下痢に注意する。

便秘になると硬い便が肛門を傷つけることがある。また下痢は細菌感染を起こしやすくする。

### 【4】トイレで強くいきまない。

排便時に強くいきむと、肛門のうっ血や出血につながる。

### 【5】腰を冷やさない。

腰を冷やすと肛門の血行が悪くなるので注意する。

### 【6】座りっぱなし、立ちっぱなしを避ける。

座りっぱなしや立ちっぱなしでいると、肛門のうっ血をきたすことがある。軽く体を動かして血行促進を。

### 【7】酒やコショウ、からしなどの刺激物を控える。

肛門を刺激し、うっ血をきたすような食品の摂取は控えめに。

便秘は痔の大敵です。便秘の予防に効果のある野菜の繊維成分は、生のままでは、人間は消化できません。蒸し野菜が一番有効で、ビタミンの失活もわずかです。とにかく加熱、発酵、酢漬けにするなど加工して食べてください。実は青汁も有効です。



## 内視鏡の検査・診察

内視鏡検査に関して当院は、高い評価をいただいています。口からの経口法で行っていますが、挿入法やマウスピース、胃の蠕動運動を止める薬を内視鏡経由で使用する（注射の痛みがない）など様々な工夫をしています。

鼻から入れる経鼻法では、鼻出血、挿入不能、十分な光量がないことによる病変の見逃しなどの欠点が報告されています。経口法で、必要十分に見逃しなく対応できますので、安心して検査を受けてください。大部分の方から「楽だった」とのお言葉を頂いています。



## 【お知らせ】

### 特定健診・がん健診を

行っています。

外科医は、内科疾患も診療できます。術前術後に必要ですので、内科疾患に関しても十分な知識と技術を備えています。もちろん風邪、高血圧、糖尿病、高脂血症などの診療もいたします。一方、多くの内科医は、外科疾患が扱えません。

当院でも、特定健康診査などを行っています。また子宮がん以外のがんの健診も行っています。さらにインフルエンザワクチン、肺炎球菌ワクチンなどの予防接種も行っています。予約していただければ、ほぼ待ち時間はありません。どうぞご利用ください。



◀受付



▶静養室



長谷川病院 **健康**だより

## 待合室の小さなギャラリー



外来待合室とミニギャラリーパネル

長谷川病院1階の待合室の片隅に、一枚のパネルが置いてあります。この場所は、患者様がつくられた作品を展示するスペースです。料金は無く、展示期間などもとくに決まりはなく、季節やご来院される診察日などに合わせて臨機応変に飾っています。ほんの小さなスペースですが、気軽な作品発表の場としてご利用いただきたいと思っています。

まだ設置して日が浅く、昨年10月から始まったばかりですが、もうすでに4名の方に、順次作品を展示していただきました。おひとり2ヶ月程度で、毎回個性あふれる作品が壁面を彩っています。作品数が多いときは、月変わりて展示を入れ替えています。



安井恵子様「ゼラニウム」



山村武次様 イラストレーション

作品は随時募集中です。ジャンルは問いません。パネルに飾れる状態のものであれば、なんでも結構です。お申込みは、長谷川病院事務室か、隣接する泉ビルの喫茶「はせ蔵」まで。お待ちしております。

### 春の病院トピックス

## 長谷川病院37才のお誕生日

6月1日に、長谷川病院は37回目の創立記念日を迎えました。式典では、長谷川眞常先生の37年を振り返ってのご挨拶、長谷川徹院長からは永年勤続表彰や辞令交付に続き、新しい体制への期待を込めたお言葉がありました。

毎年恒例のガーデンパーティーは、今回は趣向を変えて大門の河川敷で風揚げをしながらのピクニック形式で行いました。晴れ渡った青空のもと、残念ながら風が弱く、大きな凧は中空に長くとどまってはくれませんでした。が、ひもを引いて走るスタッフ達の躍動する姿には、未来に向けての強い追い風が吹いているようでした。





なかにたに皮ふ科クリニック 院長 中谷友美

NHK朝ドラ『まれ』、ご覧になっていらっしやいますか？石川県は10年近く暮らした土地であり、能登弁は実際しゃべったことはないものの、富山弁とは違うイントネーションに懐かしさがあり、毎日録画して観ています。

さて『まれ』の中では、まれちゃんの初恋のお相手、圭太君はうるし職人を目指して日々頑張っています。輪島塗というのは大切な文化ではあります。私たちが皮膚科医にとっては、うるしと聞くと脳内で、「うるし」かぶれ」という数式ができあがります。

うるしはかぶれの中でも王様のようなもので、激しいかゆみを伴って皮疹がでます。水ぶくれになったり、触っていないところ全体にぶつぶつがでたりする、自家感作とよばれる状態になったりもします。山に行つてうるしにさわつてかぶれるだけではなく、新しく塗られた漆器でもかぶれる場合がありますので、ご用心ください。また、ハゼという庭に時々植えられている植物や、マンゴーもうるしの仲間です。意外なところがかぶれる場合もあるわけです。

圭太君やその祖父である親方は幸いかぶれることはないようですが、圭太君のお父さんは、うるし職人の家に生まれながらも、うるしにかぶれる体質のために、市役所勤めという設定です。どうしてもいいことですが、お父さん役の板尾創路氏、実は私、以前からのファンです。朝ドラで観られるなんて、と目をハートにして楽しみにしていましたが、いまのところ（6月現在、横浜編）あまり出番がなくてガツクリきています。夏は、かぶれだけでなくいろんな皮膚のトラブルが増え皮膚科は混み合うことが多くなります。どうぞ皆様お時間之余裕を持って来院くださいますようお願いいたします。



運動の重要性は以前から指摘されていますが、私たちはほとんど体を動かさなくなつてきており厚生労働省の調査では、1997年から2009年で、1日あたりの歩数が男性は8202歩から7243歩に、女性も7282歩から6431歩に減つたそうです。自分はどうかだったか。子供の頃はソフトボール、中学・高校はバドミントンに打ち込んだので意識することもなく運動の習慣が身についていた。しかし特に社会人になつてからは仕事中心、冷や汗やら脂汗やら大人の汗？の流れる毎日に激変してコレステロール値も上がり気味。このままではいけないと、30歳を過ぎてから地元の人々をクラブに入つて週に1、2回はバドミントンでさわやかな汗も流すようになった。ところが持病の椎間板ヘルニアが徐々に悪化して、6年ほどで任意引退。そ



## NEATのすすめ

管理薬剤師 佐藤徹也

の代りに週2回のウォーキングは何と続けてきた。しかしこういった運動をしないと健康になれないということではなく、日常生活を一生懸命することが運動と同じような効果があることがわかってきました。そのような活動を「Non-Exercise Activity Thermogenesis (非運動性活動熱産生)」の頭文字をとってNEATといい、「日常の生活活動で消費されるエネルギー」をあらわします。日常生活を営むうえで必要な労働や家事に伴う活動で、買い物や洗濯、掃除、通勤で歩いたり肉体労働したりすることなども含まれます。平たく言えば、立つ、歩くということでしょう。電話やテレビ視聴など、座つてやっていたことを立つて行うなどこまめに動くちょっとした工夫です。これならいつでもトライできるので気楽にできそうです。小さな動きの積み重ねなので劇的な変化はありませんが、健康寿命を延ばすためにはとても大事なようです。さて、どうしようか。自宅では新聞は夕食後にゴロンと横になって読むのが当たり前になつていたが、たまには立つて読もう。電話が鳴れば自分を取ろう。職場では機敏な動きをすればNEATも増え仕事もはかどり一石二鳥、前向きにいこう。

まずは知識を！の巻

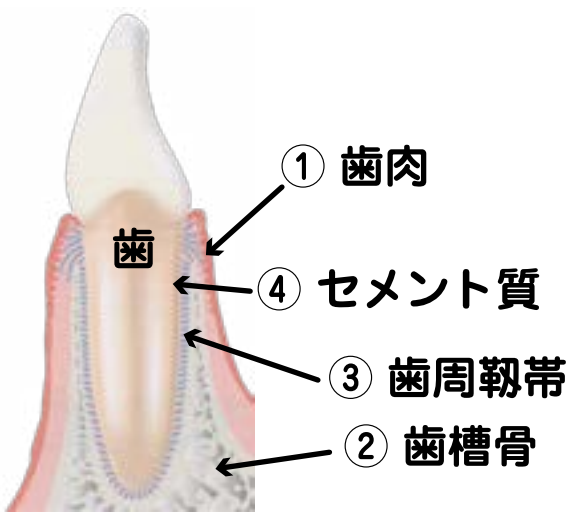
歯周病とはどのような状態なのでしょう？名前前に『病』が付いているので良いものではなさそうです。病を知るには健康な状態も知っておかなくてはなりません。まずはそこから始めましょう！簡単に理解するには漢字をよく見てみるのが重要です。

## 歯周病

ふむ、どうやら歯の周りが病気になる事をいうのだらうな。ということをして聴い皆様はすぐに感じ取っていたいたかと思えます。へえ、「歯」そのものが病気になるわけではないのか！！と感じ取った方も素晴らしいです。「歯」そのものは病ではなくても、歯を支え、守ってくれている周囲の組織が病にかかると「歯周病」と呼ぶわけです。では、今回の治療計画に関わる登場人物？達をご紹介します。

下図は「歯」を真横から見た断面図です。中央に「歯」があります。赤とピンク色のものは①「歯肉」です。歯肉

### 健康で正常な歯周組織



ひとまとめ

#### 歯周組織

- ① 歯肉
- ② 歯槽骨
- ③ 歯周靭帯
- ④ セメント質

の下の白い部分は②「歯槽骨」と呼ばれる「骨」があります。「歯」の周りに青色でひげのように描いてあるものが③「歯周靭帯」というものです。あともうひとつ④「セメント質」というものが「歯」の根っこの表面と「歯周靭帯」の間についているのですが、この図ではちよつとわかりにくいですが、すいません。これらのものが集まって「歯周組織」と呼ばれています。これには「歯」は含まれません。歯周病は歯の周りに

起きる病ですから歯は含まれないのです。難しい単語がいきなりたくさん出てきました。みなさま、どうぞもう少してお付き合いを。

今回はこの難単語を説明する所まで行きます。一度知ってしまうと難しいものもそうではなくなります。「知る」ことを楽しみましょう！

#### ①歯肉

世間では「はぐき」と呼ばれている歯の防衛隊長です。歯肉は私たちの体の表面を覆っている皮ふと同じような働きをしています。細菌などが体内に侵入しないように最前線で守ってくれているのです。

#### ②歯槽骨

骨ですね。歯をしつかりと支えてくれる力持ちのしつかり者、頼りになります。歯がグラグラしないように周りを覆って歯を支えています。私たちの歯は歯槽骨によってしつかりと支えられているため咬む力にも負けずに歯はちゃんと立っていられます。

#### ③歯周靭帯

歯と骨をつなぐ架け橋、クッションとなり衝撃も吸収します。歯をハンモックのように支え、時には自動車のサスペンションのように衝撃を吸収し、さらには栄養も補給してくれる歯にとってはなくてはならない存在です。食事の時の「はざわり」もこの歯周靭帯があるからこそわかるのです。

#### ④セメント質

歯周靭帯と歯をより強固につなぐ、まさにセメントのような役割。縁の下の力持ちです。

これら、4人が「歯」を守るために強敵プラーク団と戦う歯周病治療計画、果たしてうまくいくのでしょうか？次回にご期待下さい。

〜次回予告〜

歯を守り、日々平和に暮らす歯周組織4兄弟の前に現れた悪の強敵プラーク団！その時、防衛隊長歯肉の身に何が!!の巻



# 多肉植物の育て方

葉っぱのたね 代表  
沖村由美

昨年、夏号でも簡単に掲載したのですが、問い合わせが多かったので、今回はもう少し詳しくお話いたします。多肉植物とは、葉、莖、または根の内部の柔組織に水を貯蔵している植物のことです。イメージとしては、サボテンの棘がないもの、とってください。ぷにぷにした丸いフォルムが可愛い見た目と、比較的育てやすいということで人気があります。



## ● 基礎知識 ●

### [1] 水やり

基本的には水だけで育てられる、非常に管理が楽な植物です。しかも水を蓄えることができるので、頻繁に与えなくても大丈夫。やりすぎると蓄えきれず腐ってしまうことがあります。ほったらかしでもわりと問題がないので、手がかからないところが喜ばれるゆえん。水やりの基準としては、葉っぱがぶっくらと太っているときは水が足りているし。やせてきたなと感じたら水をあげましょう。夏場は湿度が高いため、空気中の水分だけで生きていけます。クーラーなどの風が直接あたらないよう気をつけてください。

### [2] 日光

日中は光が当たりやすい場所に置いてください。陽が落ちてからは窓際など寒くなりそうな場所は避けて。室内に置くことが多いので、急に強い日光に当てるとやけどをした状態になります。

### [3] 増やし方（葉挿しと株分け）

<葉挿し>自然に落ちたり手が触れて取ってしまった葉を利用。乾いた土の上に葉を置いておくと次第に根が始め増えていきます。100%ではありませんが何枚か置いて試してみてください。

<株分け>子株が大きく窮屈になってきたら親株から株分けします。根を傷めないよう子株をそっと外して土を落とし、分けた部分を1日乾燥させ、他の器に移します。

## 星の街ギャラリー 催し物のご案内

7/15(水) ~10/20(火)

[文字アート・リボンアート]  
デザイン書あーと  
リボンアートコラージュ展  
7/17(金)~20(月)

[絵画]  
第6回四志の会展  
9/4(金)~7(月)

[絵画等] 北部高校美術部 OB 会  
エスポワール展  
9/17(木)~23(水)

[絵画]  
遊彩会展  
9/25(金)~28(月)

[木版画]  
英遠の会展  
10/16(金)~19(月)

### 池坊いけばな教室

谷 光恵 (池坊富山支部・池坊華道会  
中央委員)

7/21(火)  
8/4(火)・18(火)  
9/8(火)・29(火)  
10/6(火)・20(火)

【講師プロフィール】

- ◆池坊中央研修学院  
・特別科卒業  
・総合特別科修了  
(生花研究室、立花研究室)
- ◆池坊学術研究室  
・柴田英雄生花ゼミ修了

☎ TEL/FAX 076-435-0287  
mobile 090-3760-8647

### かな書道教室

帳山 真実子 (藍菊会評議員・  
読売書法展評議員・富山県書道連盟会員)

8/7(金)・8(土)  
9/11(金)・12(土)  
10/9(金)・10(土)

☎ kananohi@yahoo.co.jp



### デザイン書あーと教室

河西 明嘩 (文字 art 自画字燦)

9/9(水)  
10/14(水)



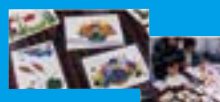
【参加費】  
3,000円 (材料費込み・紅茶付き)

☎ mobile 090-4322-6541  
cocoro-no-ibasho@  
docomo.ne.jp

### 押し花サークル すいげつ

五十嵐 翠月

7/16(木)・17(金)  
30(木)・31(金)  
9/10(木)・11(金)  
24(木)・25(金)  
10/8(木)・9(金)  
22(木)・23(金)



### トールペイント教室

南 理恵  
(Jouet・カントリーアート認定講師)

日時はお問い合わせください

☎ r-minami@tym.fitweb.or.jp



### ネイルケア

小林美恵子  
(キューティープロンド・ネイル)

8/1(土)・29(土)  
その他月1回程度



### さとう式リンパケア

杉本宏子

7/28(火)



その他随時  
お問い合わせください

日程は変更になる場合があります。事前に各教室、または泉商事 (TEL 076-491-2007) までご確認ください。

# 夏うどん

630円



# 夏限定

はせ蔵では毎年夏になると、冷たいうどんをご提供しています。食欲の落ちる季節、うどんだけでなくそうめんやおそばなど、のどごしのよい食べ物がほしくなりますよね。

# うどん ア☆ラ☆カルト

珈琲処はせ蔵 店長  
八木雅子



多くの人に愛されるうどんは、全国にご当地ものがありますが、さて、日本の三大うどんとは？  
定説には異論もあるようですが、ど  
うやら香川の讃岐うどんと秋田の稲庭  
うどんは当確のよう。第三の座には、  
長崎の五島うどん、群馬の水沢うどん、  
愛知のきしめんと並んで、富山の氷見  
うどんの名前があることも。ぜひ盛  
り上げていきたいものです。  
日本の伝統食とも言えるうどん。従  
来どおりの食べ方でももちろんおいし  
いのですが、最近は色々なアレンジメ  
ニューも見かけます。パスタ風、中華風、  
サラダ感覚の三つが主流のようです。  
スーパーで買える冷凍うどんで、手軽  
にいろんな味が楽しめるので、いくつ  
かご紹介してみましよう。



つぶしたアボカドと豆乳、マヨネーズ、濃縮タイプめんつゆを混ぜたディップで。



明太子、バター、(隠し味に昆布茶少々)、レモン汁でパスタ風に。



超簡単、塩昆布あえ。けっこういけません。レモンとカイワレ大根を添えて。



横手焼きそば風焼きうどん。ひき肉とキャベツを炒めてめんつゆで味をつけ、うどんとソースを炒め合わせます。目玉焼きを添えてできあがり。



肉味噌と和えてジャージャー麺風に。肉味噌は各ご家庭の味でいいと思います。

豚ひき肉、しいたけ、たけのこ、れんこん、玉葱をにんにく、しょうがと炒め、しょうゆ、酒、みりん、味噌、砂糖、中華スープを投入し煮詰めました。







おさんぽ  
ギャラリー

## 絵の具の話

星の街ギャラリー  
松本のり子

そもそも画材の色彩のもと、顔料と呼ばれる発色する粉です。クレヨン

でも、水彩でも、ペンキでも一緒です。

これは粉なので、それだけを塗っても

風が吹くと飛んでいってしまいます(イ

メージ)。そこできっちりくつつけるた

めに、接着成分を混ぜます。場合によつ

ては、色の「のり」とか「のび」とか

を良くするための成分も混ぜます。こ

の、展色材とか固着材とか呼ばれるも

のと、顔料を合わせたものが、「絵の具」

です。絵の具や絵画技法の種類は、お

もにこの固着材の違いにあるといえます。

たとえばクレヨン、顔料と、蜜ロ

ウなどのロウやパラフィンを混ぜてあ

り、このため水をはじきます。水彩絵

の具には、透明水彩と不透明水彩(ガツ

シユ)がありますが、成分はほとんど

同じで、顔料にアラビアゴム(マメ科

アカシア属の植物からとれる樹脂)を

混ぜて練り合わせてあります。水溶性

なので水でのぼすことができます。ま

た、油絵の具は顔料と乾性油の混合物

なので、油で溶きます。パステルは顔

料をほんのわずかな水性樹脂(トラガ

カントゴム)で練ってあり、顔料そのものにきわめて近いため、美しく鮮やかな色が得られます。1960年代から一般的になったアクリル絵の具を主流とする合成樹脂絵の具は、水性エマルジョンという人工の樹脂を使っています。ざっくりいうと木工用ボンドの親戚みたいなものです。

このように、「色の粉」を接着させる

ことが描画材の基本です。市販の絵の

具の形ではみかけませんが、テンペラ

という方法では、接着に卵を用います。

日本画では、顔料の粒の大きさを変えて

色味に奥行きをもたせ、かわで接着

します。アフレスコ画は壁画の一種

で、乾く前のモルタルに顔料で彩色し、

水分が乾くときの化学反応によって壁

面と色成分が一体化する技法です。

ちなみに、日本画などで使うにかわ

とは、動物性タンパク質で、ゼリーに

使うゼラチンと同じ物です。ゼラチン

は精製して不純物をとりのぞいてあり

ますが、にかわには含まれたままです。

その不純物があった方が、混色や異物

間の接着、湿度の変化などに柔軟性が

あり使いやすいと言われています。車

のブレーキでいう、あそびのようなも

のでしょうか。なんだか人間関係や人

生にも通じるものがありそうです。



## 夏のオススメレシピ 鶏の唐揚げの和風マリネ

長谷川病院 管理栄養士  
高松 佳世

いつもの唐揚げをひと工夫。さっぱりとした和風の味付けで美味しく食べましょう。

### 【唐揚げ 材料】(市販品でもOK)

鶏肉	120g~180g (7,8個分)
酒	鶏肉の下処理用
生姜汁	少々
醤油	6g
小麦粉	適量
揚げ油	適量

### 【マリネの具 材料】

ピーマン(千切り)	1/2個
人参(千切り)彩り用	10g
玉葱(スライス)	15g

野菜はマリネに合うものであれば何でも良いです。キュウリや素揚げしたナス、ズッキーニなどもお勧め。但し、薄切りスライスの玉葱は是非入れるのをお勧めします。スライサーで透けて見えるくらいの厚さにすれば玉葱の苦手な方でも召し上がれます。スライスしたら水にさらしておきましょう。

### 【マリネ酢 材料】

オリーブオイル	大さじ2
酢	大さじ3
レモン汁	大さじ1

砂糖 小さじ1~  
めんつゆ(濃縮タイプ) 小さじ1~  
酢の物が苦手な方は砂糖を増やしてください。また、マリネがに苦手な方はめんつゆを増やしてください。より和風になります。ピーマンなどの青い野菜は長時間酢に漬けすぎると色が悪くなります。



### 【作り方】

- ① 唐揚げを作る。鶏肉に酒、醤油、生姜汁で下処理をし、小麦粉を付けて揚げる。
- ② ピーマンと人参を千切りして軽く茹でておく。玉葱もスライスして水にさらす。
- ③ マリネ酢を作る。味は好みで加減し野菜を混ぜる。
- ④ 揚げたての唐揚げを③に投入し混ぜて出来上がり。

# インフォメーション

病院名	受付時間	月	火	水	木	金	土	日
長谷川病院 ☎076-422-3040	8:30~11:30	●	●	●	●	●	●	/
	14:30~17:30	●	/	●	/	●	◆ 13:30 16:30	
祝祭日は休診です。								
八木外科 クリニック ☎076-422-0055	8:30~12:30	●	●	●	●	●	●	/
	14:00~18:00	●	/	●	/	●	●	
祝祭日は休診です。								
なかたに皮ふ科 クリニック ☎076-421-1275	9:00~12:30	●	●	●	●	●	◆ 9:00 13:00	/
	14:00~18:00	●	●	/	●	●	/	
祝祭日は休診です。受付時間は、各診察終了時間の15分前までです。								
はぎなか歯科 クリニック ☎076-422-0200	9:30~12:30	●	●	●	●	●	●	/
	14:00~19:00	●	●	●	●	●	◆ 14:00 17:00	
祝祭日は休診です。初診の受付時間は、各診察終了時間の30分前までです。								

店名	受付時間	月	火	水	木	金	土	日	
星井町薬局 ☎076-420-8193	8:30~18:00	●	●	●	●	●	●	/	
祝祭日は休業です。									
カルチャーパティオ 葉っぱのたね ☎076-421-8851	10:00~18:00	●	●	/	●	●	●	●	
他に月1回お休みあります。									
珈琲処 はせ蔵 ☎076-491-2007 (泉商事)	9:00~17:30	●	●	●	●	●	●	/	
星の街ギャラリー開催時は原則として営業いたします。									
星の街ギャラリー ☎076-491-2007 (泉商事)	9:00~17:30	年未年始・ゴールデンウィーク以外で、空いている日にお申し込みください。							

**星井町メディカルガーデン**

長谷川病院 泉ビル 星井町薬局

至富山駅 至岩瀬浜駅 至東富山駅

至富山 IC 至富山駅前

1F

- 泉商事
- 星の街ギャラリー 第2室
- wc
- 星の街ギャラリー (カルチャースクール)
- 葉っぱのたね (アートフラワー)
- はせ蔵 (カフェ)

2F

- 八木外科クリニック
- なかたに皮ふ科クリニック

3F

- はぎなか歯科クリニック

まいどはやバス 中央ルート  
角川介護予防センター前  
H27.6.25 現在

時	分		
9	18	38	
10	03	23	48
11	08	33	53
12	18	38	
13	03	23	48
14	08	33	53
15	18	38	
16	03	23	48
17	08	33	53
18	18	38	
19	03*	23*	※富山駅前止まり