

星の街通信

秋号 Vol.28
2015/10/15

若夏の石垣島

胃手術後障害～その3（牛乳不耐症）

食欲の秋

歯周病治療計画【2】

ハロウィン

催し物のご案内

実りの秋、梨はいかが

線で描く

栗ごはん

インフォメーション



患者さんの治療のために
お薬の専門家が安心して質の高い
ヘルスケアサービスを実践

患者さんの治療のために お薬の専門家が安心して質の高い ヘルスケアサービスを実践



星井町薬局

星井町薬局の取り組み

「星井町薬局」では、メデイカルガーデン内の病院・クリニックはもちろん毎月約70の医療機関から出された処方箋の調剤を行っています。一人ひとりのライフスタイルに合わせて用法通りにお薬が飲めるように、丁寧に分かりやすい説明を行っています。窓口でヒアリングした内容をもとに、処方内容の変更を医師に相談することもあります。メデイカルガーデン内では特に密接な連携が図られており、患者さんが安心して服薬するための環境を整えています。



安心してお薬を飲んでもらうために、確実性の高い調剤を行っています



ピッキング支援システム（バーコード読み取り）の導入によって、お薬の取り間違えを防いでいます。



調剤した粉薬の種類や量を監査するシステムを取り入れています。



必ず2人以上の薬剤師の目を通して確実なチェックをした上で、患者さんにお薬を渡しています。



自動錠剤分包機を使うことで、正確性の高い分包を行い、スピーディーな調剤に繋がっています。

「ご存知ですか？」 「訪問服薬指導」

星井町薬局では、薬剤師が患者さんのご自宅を訪れて服薬の指導を行う「訪問服薬指導」を始めました。これまで薬剤師は顔が見えない存在と言われることが多く、医師が出した処方箋の調剤を行い、説明とともに薬を渡す人という薄い印象しか持たれてきませんでした。これまでに経験したことのない超高齢化社会を迎えた日本は、病院や診療所にかかる人が増え続けています。この「訪問服薬指導」は在宅で療養を行う患者さんに対し薬学的な面からケアを行うもので、住み慣れた自宅で暮らし続けられる在宅医療の推進にもつながると考えられています。医師や訪問看護師、ケアマネージャーと連携しながら、これからは顔の見える立場として正しい服薬のアドバイスや、薬の管理ができるよう在宅療養中の患者さんの健康をサポートしたいと考えています。



薬学的な面からのケア

「訪問服薬指導」の具体的な内容

処方されたお薬を用法通りに服用できず、せつかくのお薬が残っていることを時折耳にします。理由はお薬の種類や数が多く飲み方が複雑なこと、治療に対する認識不足などさまざまです。「訪問服薬指導」では、その背景を探った上で一人ひとりに合った服薬方法を見つけています。

【お薬を飲みやすくする方法】

- お薬カレンダーの活用の推進
- 一包化、朝・昼・夕のお薬の分け方の提案
- 朝食を摂らない方などライフスタイルに合わせた処方の提案
- 錠剤が飲みにくい方への、薬の変更や飲みやすくする方法の提案
- お薬の飲み合わせ、副作用・アレルギーのチェック



【薬局からのお願い】

お薬手帳を持ちましょう



お薬手帳は、飲んでいるお薬について記録しておく手帳です。医師や歯科医師、薬剤師が、どんな薬をどのくらいの期間飲んでるか判断するためのものです。複数の病院に通院している方も、すべての薬を把握できるように一冊にまとめてお薬手帳を持つことが大切です。お薬手帳があれば、飲み合わせや同じ種類の薬を重複して使っていないかなどをチェックしてもらえます。同じ効きの薬を併用せずにはじめ、医療費の軽減にもつながります。またアレルギーや副作用歴、既往歴など、体質的に合わない薬や食品の名前を記入しておけば、そのような薬が処方されることもありません。

新しい病院を受診するときや、急に具合が悪くなったとき、災害によっていつもの病院に行けなくなったときなどに役立てられます。薬局では処方箋と一緒に薬手帳を提出しましょう。

快適な環境づくりのために スタッフ間の連携を重視

「星井町薬局」には11名の薬剤師と3名の事務員が在籍し、お互いが気持ちよく働くための環境づくりをしています。処方箋を受け取ってから患者さんにお薬を手渡すまで、スタッフ同士が連携を図りながらチームプレイを重視した業務を遂行しています。コミュニケーションを重んじた雰囲気づくりが患者さんにも伝わり、気軽に声を掛けてもらっています。お薬の相談も受け付けていますので、気になることは随時お尋ねください。ご相談は電話でも受け付けています。





長谷川病院便り

若夏の石垣島



長谷川病院 風神会 三谷 昌弘



6月下旬の石垣島は、若夏（わかなつ）と呼ばれる時季で、日本でもっとも早く梅雨明けし、一年でいちばん良い季節なのだそうです。そんな絶好のコンディションのなか開催された『第37回 心護杯 日本の風の会 2015年度 若夏石垣島全国大会』に長谷川病院 風神会も参加しました。

石垣島に着くと最高気温34度。

バスの運転手さんの「外は暑いですが、気を付けて下さいね」が冗談でないことが分かり、風も朝から晩まで風速10メートル近く吹いています。風揚げに最適な時期が選ばれていることがよく分りました。

前夜祭参加前の空き時間にホテルのビーチで一足早い海水浴を満喫し、翌日への英気を養い、いざ風揚げへ。

富山のいぐり風は、若夏のやや強い風の中、うなりを上げ勢いよく揚がり、どの風よりも高く安定していました。その結果、八重山風愛好会会長賞を受賞することが出来ました。

風揚げ以外に観光では、竹富島で水牛車、グラスボートで熱帯魚観察。食では、マンゴー、石垣牛、泡盛。ご一緒した皆様とたくさん楽しい思い出が出来ました。

また今度、可能であれば職員旅行や家族旅行で石垣島を訪れたいと思っています。

来年度の秋季大会開催は、新潟・三条市です。たくさんさんの参加で楽しみましょう。



健康豆知識 1

胃手術後障害〜その3 (牛乳不耐症)

八木外科クリニック 院長 八木真悟

手術前は牛乳を飲んでも何ともなかった方が、術後に腹鳴（おなかゴロゴロする）、腹痛、下痢などの腹部症状を起こすようになることがあります。ただし必発ではありません。

ひとつの原因は胃切除術後の腸内細菌叢の変化によって、小腸粘膜に分布するラクターゼ（牛乳を分解する酵素）の活性が低下するためと考えられています。さらにもうひとつ。非手術の人では、飲用した牛乳は胃で分泌されるペプシンの作用で、液状の牛乳は凝固されます。そのため胃内に貯留する時間が増し、少量ずつ排出されて小腸で完全に消化吸収されます。これが胃切除術後では、ペプシンの分泌部分が切除されるためペプシンの働きが減少し牛乳は凝固されず、液体状態を保つために胃からの排出が促進されることとなります。そのため不完全吸収となつて、牛乳不耐症が発生するもう一つの要因と考えられています。

重症となることはありませんが、日常生活の制限にはなります。いわゆる*QOLの低下につながります。また今後述べると思いますが、カルシウムの

吸収不良の発生につながることも考えられます。

対応と治療ですが、薬に頼らないやり方では、牛乳を飲むときは加温した状態で飲むことで、症状が消失、軽減するとの研究結果があります。ただ加温した牛乳を好まない方も少なからず存在します。

一方で、経口剤のラクターゼ剤（乳酸菌製剤・ラクタビーなど）を服用することで、冷たい牛乳も服用できるようになりやすいとの結果も出ています。ちなみに私は、約20年前から胃切除術後の処方に乳酸菌製剤を加えていました。

何かしらおかしい症状が継続する時は医師に相談してください。

*QOL
Quality of Lifeの略。生活の質。



健康豆知識 2

食欲の秋

なかたに皮ふ科クリニック 院長 中谷友美

食欲の秋ですね。都会ではパンケーキ専門店が大人気で、行列をなしているとのこと。

しかし私がパンケーキと聞いて頭に浮かぶのは、「パンケーキ症候群」という名前。海外ではパンケーキミックスでの発症例がほとんどなのでこの呼び方ですが、日本では、お好み焼き粉が原因のことが多いようです。

市販のお好み焼き粉は、開封してすぐに使う分には問題はありませんが、使い切らずに保管してあった粉を使つたものをダニアレルギーの人が食べると、じんましんや喘息、ひどい場合には呼吸困難などの症状を引き起こすことがあります。お好み焼き粉には旨味の成分が含まれており、一度開封してしまった粉は空気中にいたダニが混入し、増えやすい環境にあるのです。一番いいのは一回で使い切るのですが、残ってしまった場合には密閉して冷蔵庫に保存し、なるべく早く使い切るのが大事です。

お好み焼きといえば、部活帰りの友達と食べたなあ、と思いがあつたりしませんか？ けれども時代の波が、

私の高校時代の思い出のお好み焼きのお店もたいやき屋もいつの間にか姿を消し、どんどん思い出がなくなっていくかのような寂しさを感じていました。しかしこの夏は、そんな思いを払拭することができました。久しぶりにOBとして、母校のコーラスコンサートに参加。コーラス部の高校生メンバーは歌声のみならず、若いパワーにあふれていて、こちらまですっかり元気な高校生に戻った気持ちになりました。思い出の店はなくなっても、学生たちの根っこは今も昔もかわらないんだなあとしみじみ思うことができて、新しい素敵な思い出が増えたわけです。

そういえば、唯一残った校門前の夏限定カキ氷屋さんには健在で、今も学生さんや大人達の舌をよるこぼせてくれています。また来年の夏には美味しいカキ氷やモナカアイスを食べに行けるよう、少しマジメに発声練習でもしましょうかね。折しもテレビでは合唱ドラマなども大人気。食欲の秋ではなく芸術の秋を目指しつつ……

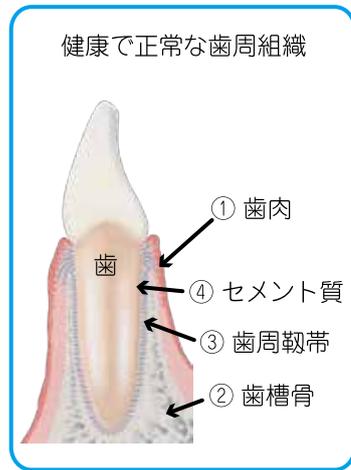


健康豆知識 3

歯周病治療計画【2】

はぎなか歯科クリニック 院長 萩中仁徳

(1)まずはおさらいを！の巻



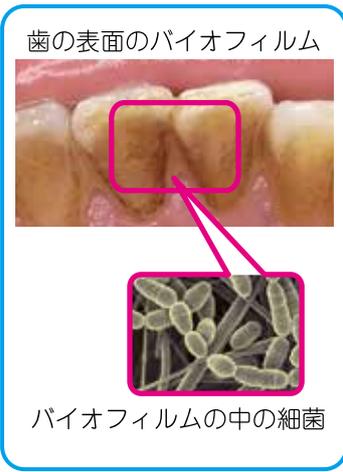
健康で正常な歯周組織

歯周病についてのお話をしていました。「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」と呼んでいましたね。これら①④が歯周組織と呼ばれるものでしたね。さて、今回は外敵（歯周病菌）と戦う彼らの活躍を見ていきましょう。

(2)悪いやつらがやってきた！の巻

今回の悪役は「バイオフィーム」(デンタルバイオフィーム)の中に潜む歯周菌たちです。以前は「歯垢」や「プラーク」(デンタルプラーク)と呼ばれることが多く、「はくそ」などとも呼ばれることもありましたが、これはこれでイメージの悪さをしつかりとあらわしていると思います。最近では「バイオ

フィルム」(デンタルバイオフィーム)と呼ぶことがほとんどです。

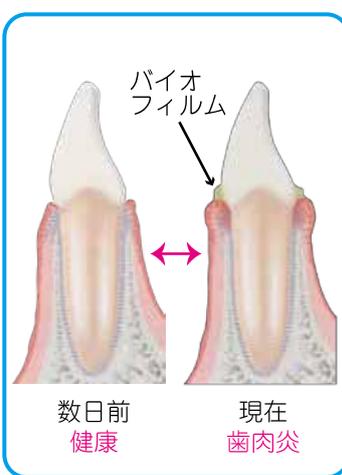


以前の呼び名「プラーク」とは「壁にくっつく」という意味があります。歯の表面に細菌の塊がくっついていて、この中に500種を超える細菌が含まれていると言われています。これら細菌たちが歯の周りに長期間付くこと(感染)により「炎症」が起こり歯周病が進行していくこととなります。

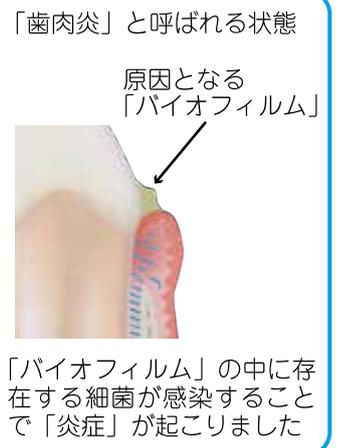
(3)歯肉炎になっちゃった！の巻

さて、歯周組織4兄弟たちはこの悪役に対してどう対処してくれるのか!? にいちゃん、最近さあ、ご主人さまハミガキあんまりしてくれないよね? 歯の周りがなんだかベットリしてきているんだよね。仕事が忙しいみたいで、

みがないもほんのちょっとだけ。この前も久々にキターツ!!って思ったら30秒くらいだけだし...つい最近までピカピカだったのにな。そのせいか、見たことのない悪そうな人たちが増えてない? 歯の表面にベットリとくっついちゃってさ、治安悪いよね。そういえば、あいつらにいちちゃんの上にずつというけど、にいちゃん大丈夫? にいちゃん??つて、うおおおーい!!!にいちゃん顔赤いよ!!腫れてるよ!!血出てるよ!!病院行った方がいいんじゃない??



ほんの数日間歯みがきを怠ったことでさつそく歯周組織に変化が現れました。まず変化が見られたのは長男の「歯肉」です(ちなみに大騒ぎしているのは末っ子の「セメント質」です)。赤く腫れあがり、出血しややすい状態になりました。「歯肉炎」と呼ばれる状態です。原因は「バイオフィーム」です。その中に存在する細菌が感染することで「炎症」が起こりました。でも、大丈夫。「歯肉炎」はしっかりと歯みがきを行うこ



とで健康な状態へと戻すことができます。しかし、この状態が長く続くと「歯肉炎」から「歯周炎」へと進行し後戻りができない状態になってしまいます。これらのサインは体からの危険信号です。改善する方法は「歯みがき」しかありません。時間をかけて「バイオフィーム」が付着している部分をしっかりとみがくようにしましょう。そのためにはしっかりと「歯みがき」を行う必要があります。確認していただきたいのは以下の3つです。

①お口の中のどこに「炎症」があるのか
鏡や写真を用いて歯肉の健康な部分と「炎症」のある部分の違いを見てわかるようになりましょう。

②なぜその場所に「炎症」が起こるのか
「バイオフィーム」の付着が全ての原因であることを理解しましょう。

③「バイオフィーム」がどこにどうして付着しているのか
「染め出し」を行い普段見えにくい「バイオフィーム」を目で確認しましょう。

一次回予告—
赤く腫れあがり、血まみれの長兄歯肉、ビビる末っ子セメント質!それでも歯みがきをしないご主人さまその時、まだほぼ未登場の歯周組織4兄弟「歯周靱帯」と「歯槽骨」の身に何が!!の巻

ハロウィン (Halloween)

葉っぱのたね 代表
沖村由美



ハロウィンとは、【万聖節=キリスト教で毎年11月1日にあらゆる聖人を記念する祝日の前夜祭】のことで、秋の収穫を祝い、悪霊を追い出すという宗教的な行事として行われます。その起源は、1年の終わりを10月31日と定め、その夜を死者の祭りとした数千年前の古代ケルト民族にあると言われています。

Halloween を象徴する色、オレンジと黒を主体にして Jack-o'-lantern (ジャック・オー・ランタン、かぼちゃをくり抜き目・鼻・口をつけた提灯)、黒猫、骸骨、蜘蛛や蜘蛛の巣で飾られます。

当日夜になると、子どもたちは思い思いに仮装し、近所にお菓子をもらいに行きます。

過去には日本の高校生が不審者と間違われ射殺されるという悲しい事件もありました。最近は事故防止のために、色々と工夫されているようです。

日本でもかなり定着してきました。英会話教室や幼稚園、学校、地域などでパーティーやイベントが開催され、様々な商品も販売されています。

初めてハロウィンパレードを実施したのは原宿キディランドだそうです。今でも原宿表参道は日本のハロウィン本家といわれ、毎年パレードがあるようです。



星の街ギャラリー 催し物のご案内

10/15(木)～1/29(金)

〔木版画〕
英遠の会展
10/16(金)～19(月)

〔トールペイント〕
季節のトールペイント展
10/22(木)～25(日)

〔書道〕
とやま聖句書道会展
10/29(木)～11/1(日)

〔パステル画〕
サークルピエロ展
11/12(木)～15(日)

〔油彩画〕
洋画17会展
11/20(金)～23(月・祝)

〔書道〕
かな書道展
11/27(金)～29(日)

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)

10/20(火)
11/10(火)・24(火)
12/8(火)・29(火)
1/12(火)・26(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 (藍笥会評議員・
読書書法展評議員・富山県書道連盟会員)

11/6(金)・7(土)
12/4(金)・5(土)
1/15(金)・16(土)

☎kananohi@yahoo.co.jp



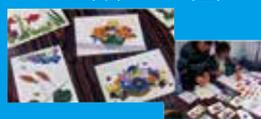
デザイン書あーと教室
河西 明嘩 (文字 art 自画字燦)

10/27(火)
11/11(水)・26(木)
12/9(水)
1/13(水)・29(金)

【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
10/22(木)・23(金)
26(月)
11/12(木)・13(金)
26(木)・27(金)
12/10(木)・11(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)

12/19(土)
その他、日時は
お問い合わせください

さとう式リンパケア
杉木宏子

10/17(土)・28(水)
31(土)
11/4(水)・7(土)
18(水)・21(土)
その他、日時は
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。

実りの秋、 梨はいかが

珈琲処はせ蔵 店長
八木雅子

10月1日より「はせ蔵」
の営業時間が変わりました。
午前9時～午後5時半
↓
午前9時～午後6時



今年の夏は、例年以上に記録的に暑い日が続きました。

さらに8月から9月にかけて、台風が続けさまに沖縄地方を直撃し、石垣島では、観測史上最高となる最大瞬間風速71メートルを記録しました。今年の6月末に石垣島に旅行したこともあり、ニュースで車が何台もひっくり返っている映像を見て本当に痛ましく思うと同時に、自然の脅威を毎年のように受けながらもその都度乗り越えて、穏やかな気候の時期には朗らかに観光客の私達を心から迎え入れてくれる島の人々の優しさと逞しさに改めて感心しました。

ともあれ、最近になってようやく涼しくなり、店頭にもさまざまな秋の味が並びようになりました。

富山では、秋の訪れを告げる名産の一つとして呉羽梨が有名です。我が家でも夏の終わりから、梨をいただく機会が多くなります。

すぐに食べられるようにカットして、冷たく冷やしてジュース代わりに瑞々しい梨で、水分補給したりしています。この爽やかな酸味の果汁には、リンゴ酸やクエン酸が含まれているため、夏バテなどの疲労回復にも効果があるそうです。また、血圧を下げる効果のあるカリウムや、利尿効果のあるアスパラギン酸や食物繊維も含まれるため、むくみや便秘の解消も期待できます。

ここでは、梨を使ったオシャレなおードブルとデザートをご紹介します。どちらも簡単に作れて、美味しいので、ぜひご参考になさってみてください。

梨のコンポートジュレ～パンナコッタと

白ワイン風味の梨のコンポートを添えた蜂蜜入りのやさしいパンナコッタ…癒し系のスイーツです。甘みの少ない梨でも、コンポートにして冷やすことで、梨もシロップも驚くほど美味しくなります。

【梨のコンポート】

梨	2個
白ワイン	200cc
砂糖	60g
レモン汁	10cc
板ゼラチン	2g

【作り方】

- ①16等分した梨と白ワイン、砂糖、レモン汁を鍋に入れ強火で加熱する。ひと煮立ちさせアルコールを飛ばしたら、蓋をして中火で梨が透き通るまで加熱して、アクも取る。
- ②火を止めて常温になったら、煮汁ごと容器に入れて冷蔵庫でねかせる。
- ③コンポートのシロップが200g程度できるので、沸騰させない程度に加熱し、あらかじめ水に浸してふやかした板ゼラチンを絞って入れ、溶かす。容器に入れて冷蔵庫で固める。

【パンナコッタ】

生クリーム	200cc
牛乳	200cc
砂糖	30g
蜂蜜	30g
板ゼラチン	6g

【作り方】

- ①板ゼラチンを20分ほど水に浸しておく。
- ②生クリーム、牛乳、砂糖、蜂蜜を弱火で加熱する。たえずかき混ぜ砂糖が完全に溶けたら火を止める。決して沸騰させない。
- ③戻した板ゼラチンを②に入れてよく溶かしこむ。茶こしでこしながら、容器に入れる。
- ④ラップで蓋をして冷蔵庫で冷やし固める。

パンナコッタの上に梨のコンポートをのせ、さらにジュレをのせて出来上がり。

梨の生ハム巻

梨の甘酸っぱさと生ハムの塩気がマッチして、爽やかなオードブルの一品になります。

16等分した梨	8切
生ハム	8枚

梨を生ハムで巻いて、お皿にのせ、あればカイワレやペピーリーフなどの緑の野菜を添えれば、出来上がり。





日本の絵画は線描が基本です。建物とか花とか人とか立体的なものを、平面に線、という二次元ツールで描き表します。そこには立体を立体らしく見せる「光と陰影」「奥行き」があまり感じられませんが、目に映ったままを描こうとした西洋の絵と大きく違うところがあります。身近にある道具（墨と筆）を使っているうちに描きやすい表現になったのでしょうか。

絵巻物やふすま絵などの、線を主体

とした光のない空間は、それ

でもなお確かに私た

ちが見ているこの

世界のある一面

です。むしろかし

く、「高度な抽

象化」とか「心

的イメージ表

現」とかいわれ

たりもします。

さて、今や世界を

席巻している日本発のマ

ンガやアニメーションも、線



で描かれてますよね。高度に抽象化されていきます。最近、背景なんかは写真をもとにしているのか、リアルな三次的表現（奥行きが感じられる描き方）のこともあります。アンパンマンもエヴァンゲリオンもペラペラの人たちが元氣よく動きます。線の力は偉大です。ディズニーと並んでポップカルチャーのスターとなったジャパニーズアニメ＆マンガ、歴史のなかで育まれた日本的表現のたまもの、なのかな？

秋のオススメレシピ 栗ごはん

長谷川病院 管理栄養士
高松佳世

栗の美味しい季節になりました。栗は古来より実だけでなく鬼皮や葉も塗り薬や煎じ薬として利用されてきました。栄養学的にみてもビタミン・ミネラルの成分をバランスよく含み色々な効果が期待できると言われています。



栗おこわもありますが、もち米は浸漬したり水の量を考えたりしないといけません。今回は炊くだけの簡単「栗ごはん」を紹介します。（もち米を混ぜる場合は米の1割程度の量であれば浸漬や水の増量も必要なくいつも通り炊けます。）

【1合分の材料】

米	1合 (160g)	水	適量
栗	正味 100~150g	酒	大さじ 1/2
	(鬼皮、渋皮つきで 200g 程度)	みりん	大さじ 1/2
		塩	小さじ 2/5
		醤油	小さじ 2/3



【作り方】

- ① 生栗は熱湯につけて鬼皮がふやけるまでおいておく。
- ② 栗の三角形の底を取って、その部分から包丁をあてながら鬼皮をむく。
- ③ 渋皮は底からとがった方に向けてむく。むいた栗を水に 10 分ほどつけておく。
- ④ 米をとぎ、炊飯器に調味料と米を入れ、いつもの線までの水を入れる。
(調味料の量の分があるので水を入れすぎないように)
- ⑤ 最後に栗を入れて炊く。

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	9:00~12:15	●	●	●	●	●	◆ 9:00 12:45	/
	14:00~17:45	●	●	/	●	●	/	
祝祭日は休診です。								
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)	9:00~18:00	●	●	●	●	●	●	/	
祝祭日は休業です。星の街ギャラリー開催時は日・祝とも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)	9:00~18:00	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
H27.10.1 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