

外来 医師担当表 2023年 2月



* 診療開始時刻：【午前】9:00～ 【午後】13:00～ 【夕方】16:00～
(受付開始 8:30) (受付開始 12:30) (受付開始 16:00)

☎ 079-293-3355

* 毎週 月曜日 13:00～15:00 は、横山医師による人工関節の専門外来(完全予約制)です。

	月曜	火曜	水曜		木曜		金曜		土曜	
日			1		2		3		4	
午前 9:00～11:30			日根野	阿部	横山	関本	関本	大室	横山	
午後 13:00～15:00				阿部	横山		横山 (予約優先)	大室		
夕方 16:00～17:30			日根野			関本	日根野			
日	6		7		8		9		10	
午前 9:00～11:30	横山	大室	関本	大室	日根野	阿部	横山	関本	関本	大室
午後 13:00～15:00	横山 (予約制)	関本		大室		阿部	横山		横山 (予約優先)	大室
夕方 16:00～17:30		関本	交代制		日根野			関本	横山	川口
日	13		14		15		16		17	
午前 9:00～11:30	横山	大室	日根野	大室	日根野	関本	横山	関本	関本	大室
午後 13:00～15:00	横山 (予約制)	関本		大室		阿部	横山		横山	大室
夕方 16:00～17:30		関本	交代制		日根野			関本	日根野	
日	20		21		22		23		24	
午前 9:00～11:30	横山	大室	日根野	大室	日根野	関本	天皇誕生日		関本	大室
午後 13:00～15:00	横山 (予約制)	関本		大室		阿部			横山 (予約優先)	大室
夕方 16:00～17:30		関本	交代制		日根野				日根野	
日	27		28		7日(火)・10日(金)・・・日根野医師は、休診です。 17日(金)・・・横山医師は、休診です。					
午前 9:00～11:30	横山	大室	日根野	大室						
午後 13:00～15:00	横山 (予約制)	関本		大室						
夕方 16:00～17:30		関本	交代制							

更新日 2023年 1月 11日

健活体操 【part3】



15秒
×
2セット



〈腹斜筋〉

● 体を横に傾ける

お腹の横が伸びるのを意識して!!