

こんにちは せいてつ病院です

Vol.
127
2022
WINTER

特集:腰痛に次いで多い「変形性膝関節症」

- ◎教えてドクター:子宮体がんのサインに注意 ◎フレイル予防④
- ◎時短・カンタンレシピ④「大根&ショウガ編」
- ◎せいてつ病院の「縁は異なるもの」



【表紙シリーズ】北九州に伝わる昔ばなし・民話



(小倉南区・三岳梅林)
バチ笠地蔵

むかしむかし、小倉南区の三岳梅林あたりの村里に、作造じい様夫婦がすんでいました。夫婦は貧しいながらもよく働き、正直者で、たいそう信心深く、誰からも好かれていました。

ある年の暮れ。その日は朝から雪のちらつく寒い日でした。作造じい様は畠仕事の合間に作ったバチ笠を六枚ばかり城下町に売りに行くことにしました。途中、村の入り口にある護聖寺の六地蔵様に立ち寄ると、六地蔵様は頭や肩に雪をかぶっています。「これは寒そうじや。バチ笠差し上げますけ、お許しくだされ」と、売り物のバチ笠を全部かぶせて拝みました。

家に帰つて、ばあ様に話すと、「それは良いことをした」と喜びました。

その夜のこと。囲炉裏端でうとうとしているところ、裏口の戸が開き、バチ笠をかぶったお地蔵様が米俵、酒、塩魚、重ね餅などを運んで、物も言わずに消えてしまいました。びっくりした夫婦は戸口に座つて「ありがたいことじや。なまんだぶ」と拝み、何十年ぶりかで、良いお正月を迎えるましたとき。

小倉南区の護聖寺には今でも大切に六地蔵様がまつられています。※バチ笠は、ばつちよう笠が訛つたとされています。

イラストレーター
黒田マリコさん(北九州市在住)

診療科目

腫瘍内科	肝臓内科	消化器内科	循環器内科	糖尿病内科
腎臓内科	呼吸器内科	脳神経内科	消化器外科	呼吸器外科
乳腺外科	血管外科	脳神経外科	整形外科	リウマチ科
リハビリテーション科	形成外科	小児科	産婦人科	皮膚科
泌尿器科	眼科	耳鼻咽喉科	緩和ケア内科	緩和ケア外科
放射線科	麻酔科	歯科・口腔ケア科	病理診断科	

消化器病センター／乳腺センター／循環器・高血圧センター／糖尿病センター／脳卒中・神経センター／腎センター／内視鏡センター／がん診療支援センター

予約センター: 093-671-5489
夜間休日急患受付: 093-672-3111

全科予約制

予約受付時間／8:00～16:00
当日予約／10:30まで
休診日：土曜、日曜、祝日



使命 住民の暮らしを支え、健康長寿をめざした地域づくりに貢献します

理念 皆さまが納得・安心する最良・最適の医療を提供します
職員が誇りと自信を持つことができる職場づくりを追求します
地域における役割を認識し、住民から信頼される病院をめざします



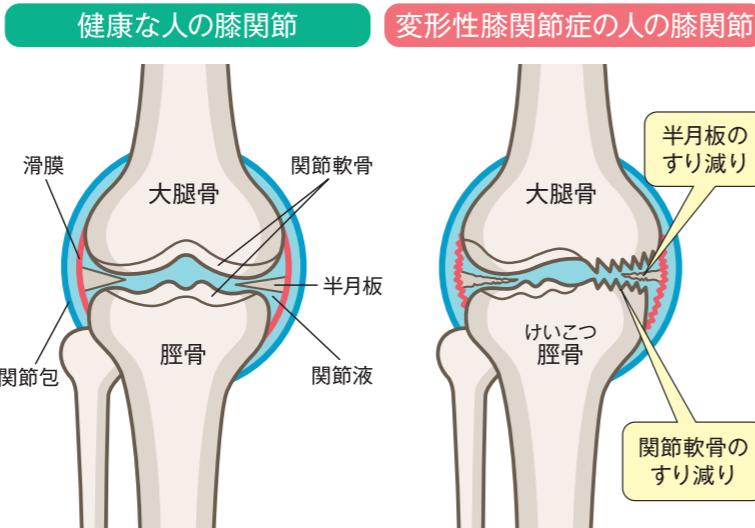
変形性膝関節症とは、膝の軟骨がすり減って、痛みや腫れが生じている状態のことです。膝の違和感くらいから始まり、動作時の痛みが進行し、徐々に動きが悪くなっています。炎症が生じいると水がたまつたり、熱をもつたりもします。末期になると外観でもはつきりわかるO脚になることもあります。

日本では、変形性膝関節症の方は推定で1,000万人程度いるといわれ、整形外科疾患では腰痛に次いで2番目に多い数となっています。また無症状でも、レントゲンで軟骨のすり減りを確認できる人を含めると、3,000万人にも上るといわれています。

原因や治療方法は？

男性は50代、女性は40代から増え始め、年齢とともに有病率は高まっていき、男女比は1：3～4で女性に多いです。

具体的には、湿布や飲み薬を使いつつヒアルロン酸の関節注射を行い、ホットパックなどで温めたりする物理療法や大腿四頭筋（ももの前面）訓練を中心とした筋トレーニング、関節の動きを



**予備軍含めて
3,000万人が
変形性膝関節症？!
末期はO脚になる可能性も。**

た、靭帯損傷や半月板損傷に続発するものもあります。

診断は問診、診察に加え、単純X線撮影で行います。靭帯損傷や半月板損

傷の有無の確認や骨壊死の除外が必要な際は、追加でMRIの撮影を行う場

合もあります。また、関節リウマチや感染などの鑑別が必要な際には、血液

検査や関節穿刺（注射針を刺して体液

や組織を採取すること）を行うこともあります。



膝の軟骨がすり減って痛い…。
腰痛に次いで多い整形疾患

「変形性膝関節症」

特集プラス

あなたの膝、ねじれていませんか？



膝のお皿が内側に入らないように膝を曲げます
膝はしっかりと伸ばし切ります
(5分間を目標に)



1回3秒づつ
10回×3セット



リハビリテーション部 理学療法士
永島 洋一



円を描くようにほぐす



持ち上げ操作

①膝のねじれに対する運動

足を伸ばした状態で座り、膝から下を内側にねじります（写真）。その状態で膝を曲げます。この時、膝のお皿が内側に入らない様に注意しながらこの動作を繰り返します。きつい人は休憩を入れながら行ってください。

②クロスエクササイズ

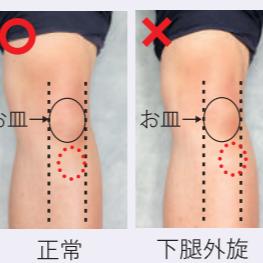
ももの前面（大腿四頭筋）と後面（ハムストリング）の筋肉を強くします。椅子に座り、脚を交差させます。上の脚は膝を曲げ、下の脚は膝を伸ばして上下の脚で押し合います。脚を入れ替えて行います。

③膝のセルフマッサージ
膝を曲げて椅子に座ります。
1・膝のお皿の5cmくらい上を手でつまんで持ち上げます。
2・膝のお皿の5cmくらい上を円を描くようにほぐします。

まずは、膝のねじれをチェックしましよう

膝を伸ばした状態で座ります。

膝のお皿の下あたりに骨がボコッと出ているところ（赤丸）があります。それが、膝のお皿の両端（太線）の内側にありますか？



正常 下腿外旋

維持・改善する可動域訓練を行っています。サポートや足底板などの道具を使用することもあります。保存治療を可能な限り続け、うまく付き合っていくという治療が大半です。これらの治療でも症状が軽減しない場合は、手術療法を行う場合があります。

症状が安定しなければ手術も

手術には骨切り術や人工膝関節置換術などがありますが、どの手術法にもメリット・デメリットがあります。また、手術をすればすぐに痛みがなくなるというわけではなく、手術に伴う新たな痛みはもちろんあります。

手術直後からリハビリ、特に可動域訓練を行わなければ拘縮（固まってしまう）ことが起こって、のちの日常生活での支障になってしまいますので、術後は患者さんご本人の努力も必要になってしまいます。

日常生活で、できなくなることが少なくてすみます。下肢の筋力、特に大腿四頭筋の筋力をつけておくことは重要です。大腿四頭筋の筋力が十分であれば、膝関節の内側への負担が減って症状が緩和されるかもしれません。また、下肢筋力を維持できていれば、もし将来痛みが出てきても

日常生活で、できなくなることは少ないです。膝の痛みを感じたら、まずは近い整形外科を受診してみてください。变形性膝関節症の診断がついたとしても、いきなり手術になることは少ないです。膝の痛みを感じたら、まずは近くの整形外科を受診してみてください。

まずはお近くの整形外科医へ

膝の痛みを感じたら、まずはお近くの整形外科医へ

広報誌V.O.I. 111
「リハトレ」は
こちらをご覧ください。



日本整形外科学会専門医
整形外科医長
川口 雅之

予防は可能ですか？

最近、保険診療外の治療でPRP（多血小板血漿）治療も話題になっていました。患者さんご自身の血液から抽出したPRPを、患部に注射する再生医療ですが、完全に軟骨がなくなってしまった部分が再生するような、夢のような治療法ではありません。

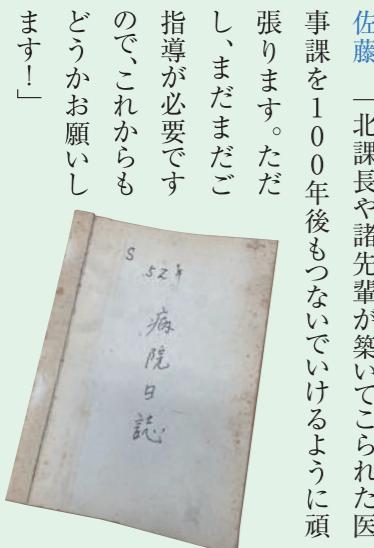
また、（当院では行っていませんが）

今は上司と部下の関係、
実はむかし…。



医事課係長 佐藤 毅

医事課課長 北 薫



「佐藤さんが入職して医事課に配属されたときに、1977（昭和52）年に当院で生まれたと自己紹介をしてくれました。その年は私が入職した年で、新人は毎日ひたすらカルテを書いていました。ひょっとしたら、佐藤さんのカルテも私が書いたかも…とつぶやくと、彼はすぐにカルテ庫に走ってきました」

入社45年目、医事課係長の二人。現在は上司と部下の関係ですが、どうやら時を遡ると不思議なご縁があるらしいのです。

どんな関係があるのか教えてください。

北 「佐藤さんが入職して医事課に配属されたときに、1977（昭和52）年に当院で生まれたと自己紹介をしてくれました。その年は私が入職した年で、新人は毎日ひたすらカルテを書いていました。ひょっとしたら、佐藤さんのカルテも私が書いたかも…とつぶやくと、彼はすぐにカルテ庫に走ってきました」

社21年目、医事課係長の二人。現在は上司と部下の関係ですが、どうやら時を遡ると不思議なご縁があるらしいのです。

入社45年目、医事課係長の二人。現在は上司と部下の関係ですが、どうやら時を遡ると不思議なご縁があるらしいのです。



病院長 古賀 徳之

1989（平成元）年から勤務。
33年前に戻つても、
また当院を選びます！

今は上司と部下の関係、
実はむかし…。

診療開始122年
特別企画

縁は異なるもの

当院で起きた不思議なご縁

今年、当院は診療開始から122年を迎えます。

長い歴史の中では、いろいろなドラマが繰り広げられてきました。

今回は当院と不思議なご縁があるスタッフをご紹介します。

動画は
こちらから



人生の節目には、いつもせいでつ病院が。

リハビリテーション部 理学療法士
内田 博之

私は産まれたときから
せいでつ病院とは様々なご
縁があります。まずはじ
めに、1992年に当院で
生まれました。当時は産
婦人科でお産を扱っていました（2007年3月まで）、
父が当院で放射線技師と
して勤務していたこともあり、出産を決めた
と両親から聞いています。

次に、かかりつけが当院でした。小学生の頃
に小児ぜんそくを発症し、小児科の魚住先生
に診ていただきました。当時は発作が出る
たびにとても苦しい思いをしましたが、先生
や看護師さんから優しく声かけをしていただ
き、精神的不安が解消されていたことを幼心
に覚えています。

そして最後に、就職・結婚も当院でした。生
まれた時からお世話になつてゐる病院で、地元
の方も多く受診されるので、何かしらの恩返
しができると思い、理学療法士になると決め
た高校生の時から、「就職するならせいでつ病
院」と決めていました。私の就職する年に採用
募集がなかつたらどうしようかと不安もありま
した。しかしこれもご縁で、無事に募集があ
り、採用をしていただきました。

2018年、当院の職員と結婚をしました。
た。結婚式には多くの病院関係者の方に参列
いただき、ほほ病院パートナーのような雰囲気
の中、にぎやかにお祝いしてもらいました。

本当にこれまでの私の人生の節目には、いつ
もせいでつ病院がありました。今後もこれらの
ご縁に感謝しながら、せいでつ病院の更なる發
展のために精進していきたいと考えています。

もせいでつ病院がありました。今後もこれらの
ご縁に感謝しながら、せいでつ病院の更なる發
展のために精進していきたいと考えています。

本当にこれまでの私の人生の節目には、いつ
もせいでつ病院がありました。今後もこれらの
ご縁に感謝しながら、せいでつ病院の更なる發
展のために精進していきたいと考えています。

そして最後に、就職・結婚も当院でした。生
まれた時からお世話になつてゐる病院で、地元
の方も多く受診されるので、何かしらの恩返
しができると思い、理学療法士になると決め
た高校生の時から、「就職するならせいでつ病
院」と決めていました。私の就職する年に採用
募集がなかつたらどうしようかと不安もありま
した。しかしこれもご縁で、無事に募集があ
り、採用をしていただきました。

attention

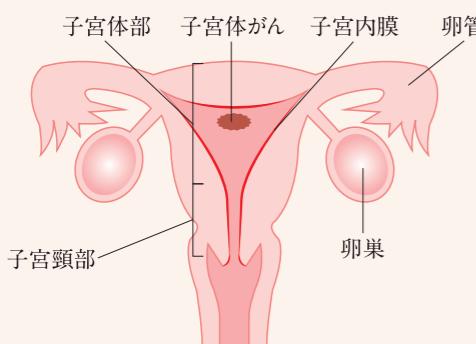
アテンション!

子宮体がんについて

—更年期や閉経後の不正性器出血に注意—

子宮体がんとは

子宮は妊娠したときに胎児を育てる部分と分娩の時に産道の一部となる部分に分けられ、それぞれを子宮体部、子宮頸部といいます。子宮体部に発生する子宮体がんは、月経のもととなる子宮内膜より発生するため、子宮内膜がんともいわれています。子宮体がんの発生には卵巣から分泌されるエストロゲンという女性ホルモンが関与しています。これは、乳がんと同様です。このホルモンの分泌異常で、子宮内膜増殖症という前段階を経て子宮体がんが発生することが知られています。出産経験の少ない人、月経不順、肥満、糖尿病、エストロゲンの長期使用、乳がんの罹患履歴などが発生リスクを増加させます。

更年期や閉経後の
不正性器出血にご注意を!

一番多い症状は不正性器出血です。更年期や閉経後に不正出血があるときは特に注意が必要です。閉経前であっても、月経不順や乳がん後のホルモン療法中の方も注意を要します。

検査法は

診断には、子宮内膜の採取を行い、病理検査を行います。子宮頸部を通して子宮内腔に

細い器具を挿入して子宮内膜の細胞や組織を採取します。補助診断として、超音波検査で子宮内膜の厚さを測定したり、MRI検査を行います。子宮体がんの検査は、子宮頸がん検査に比べて検出の精度が低いので、一度の検査で陰性であっても不正出血の症状が続くときは検査を繰り返すことが重要です。

治療は

治療の主体は手術です。基本的には子宮卵巣の摘出+周囲のリンパ節の摘出が一般的です。現在は腹腔鏡下手術やロボット手術も保険適応となっています。進行がんの場合は、化学療法や放射線療法が追加されます。若年婦人で、子宮を温存して将来の妊娠・出産を希望される場合は黄体ホルモン剤を使って治療することも可能です。ただし、適応となるのは初期のがんで、一部のタイプに限られますので、専門医との十分な相談が必要です。

最後に

子宮体がんは病気が子宮内にとどまっている段階で治療すれば、80%以上治癒するがんです。早期発見が鍵となりますので、不正性器出血があるときは、早期に婦人科医を受診されてください。



文：産婦人科部長
中原 博正

おひとり暮らしの時短・カンタンレシピ

旬の食材を使った料理

大根&ショウガ



管理栄養士
瀬戸 瑠璃



レシピ ちゃんちゃん焼き風

材料(1人分)

- | | | | |
|-------|----------|------|------------|
| 生鮭 | 1切れ(70g) | 味噌 | 小さじ1(6g) |
| ショウガ | 15g | 酒 | 小さじ1(5g) |
| カット野菜 | 80g | みりん | 小さじ1(6g) |
| 大根 | 50g | しょうゆ | 小さじ1/3(2g) |
| 刻みネギ | 少々 | バター | 1切れ(8g) |

動画は
こちらから



作り方

- 1 大根、ショウガは細切りにする。
- 2 ④をボールで混ぜ合わせる。
- 3 耐熱皿に大根、カット野菜、ショウガ、鮭の順に乗せ、④をかけ、バターを落とす。
電子レンジ500Wで5分加熱。
- 4 出来上がった料理にネギを散らす。

レシピ さっぱりピリ辛みぞれ餅

材料(1人分)

- | | |
|---------|----------|
| 切り餅 | 2個(100g) |
| 大根 | 60g |
| ショウガ | 5g |
| ぽん酢しょうゆ | 小さじ1(6g) |
| 大葉 | 2枚 |
| 一味 | 少々 |

お正月で余った
お餅はありませんか？
おいしく
消費できます！

動画は
こちらから



大根と
ショウガの
辛みがよく
効きます！

作り方

- 1 切り餅は6等分に切り分け、トースターで焦げ目がつくまで焼く。
- 2 大根・ショウガはおろし金ですりおろし、ぽん酢しょうゆと合わせる。
- 3 大葉を敷き、①②を器に盛り付け、一味をふる。

リハビリスタッフが気になる!

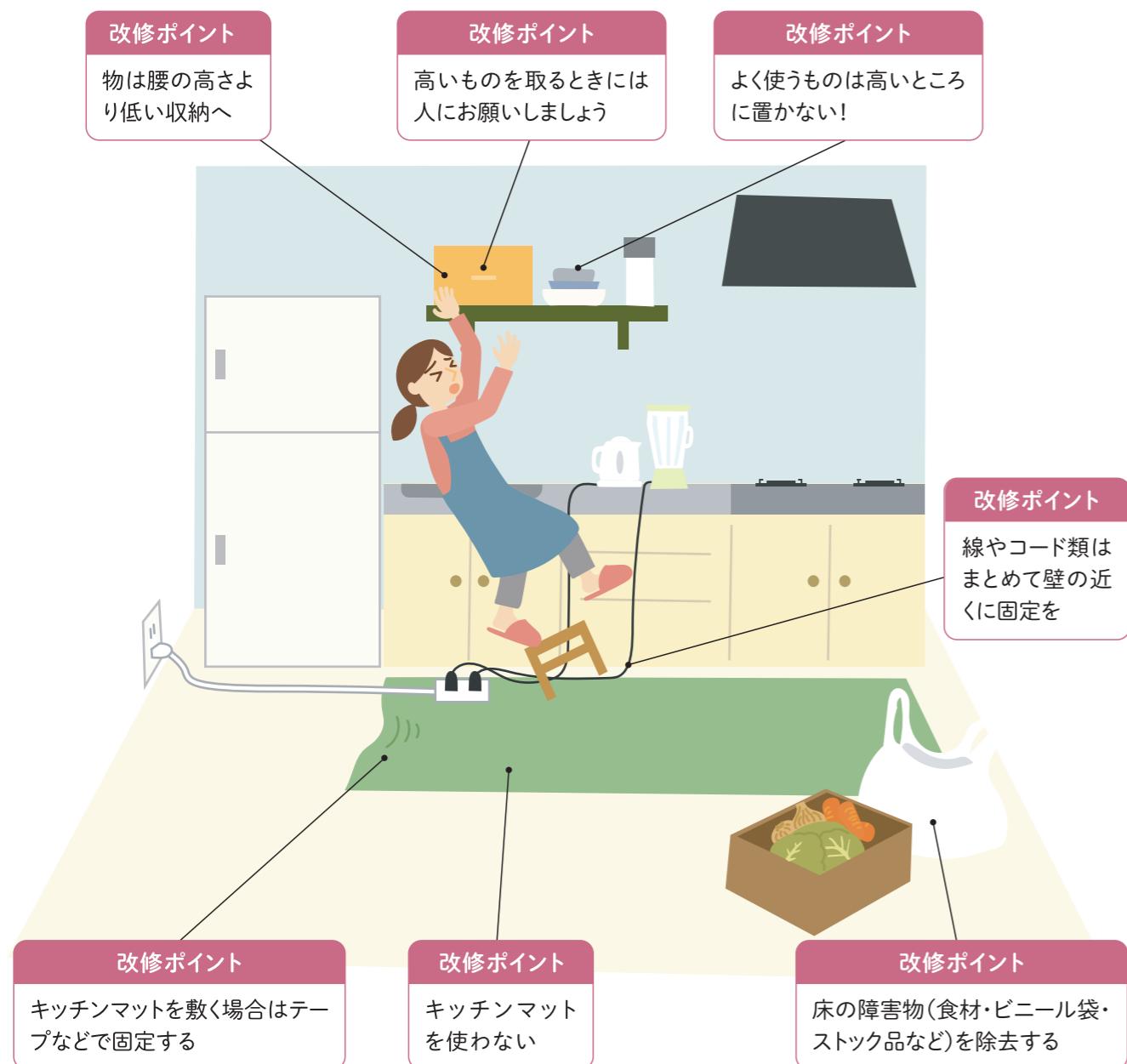
自宅での転倒予防ポイント④

台所編

転倒事故が多い場所は居室(45.0%)、階段(18.7%)に続き、台所(17.0%)が第3位となっています。

キッチンマットなどの敷物につまづいたり、濡れている床で滑ったり、高い所から食器や調理器具を取ろうとして転倒するのが主な理由です。

改修ポイントを参考に、安全性を確保しながら、いつまでもおいしい食事づくりを!



リハビリスタッフ
総力全開!

認知的フレイルの予防

高齢になると社会的なネットワークは減少傾向にあります。行動範囲が狭くなると孤立しがちで、身体的虚弱(フレイル)だけでなく、認知機能障害を併う認知フレイルを抱える方が多くなると言われています。厚生労働省では週に1回以上、外出しない状態を「閉じこもり」の目安にしています。活動が少ない状態が続くと心身機能が低下し、寝たきりや要介護状態になるリスクが高まります。閉じこもりを予防し、社会的なつながりをもつことが重要になります。

閉じこもりを予防するには

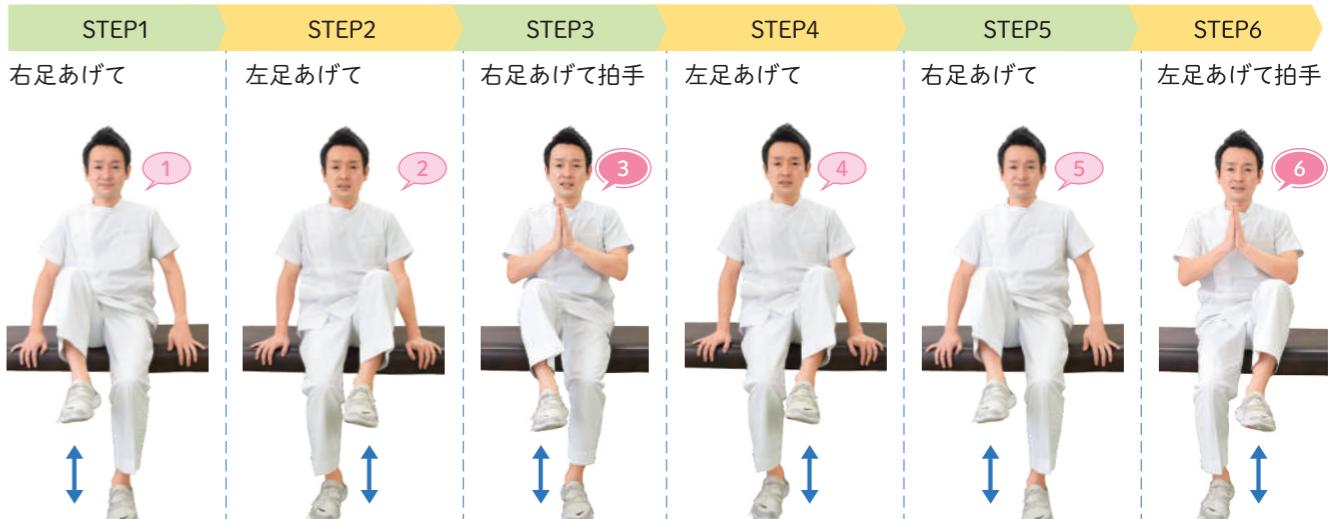


Try! コグニサイズ

コグニサイズとは「コグニ」(コグニション=認知)+「サイズ」(エクササイズ=運動)を掛け合わせた造語です。認知課題(頭を使う課題)と運動課題(体を使う課題)を両方同時にすることで、認知症予防や心身機能を効率的に上げる複合的プログラムです。



数字を数えながら左右交互にももあげ + 3の倍数で拍手



STEP1～STEP6を繰り返しましょう。「1～30まで」など数を決めて行いましょう。

(注) 3の倍数に慣れてきたら、数字を変更するなど、ちょっと考えないとできないくらいの難易度で実施しましょう。運動負荷はややきついと感じる程度で実施回数を調整しましょう。少しの時間でも毎日続けましょう。

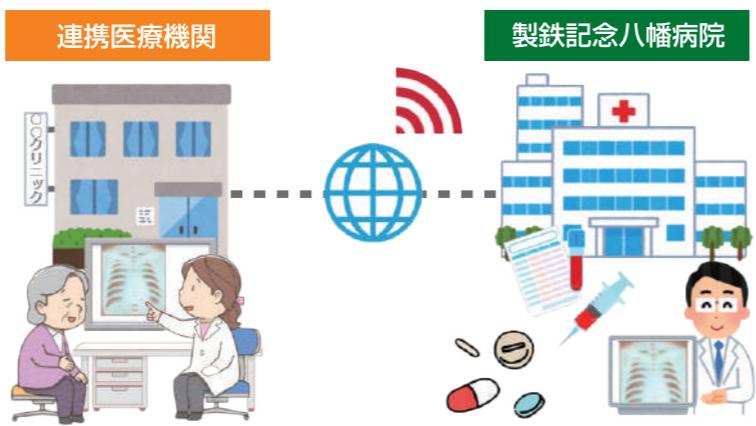
引用：国立長寿医療研究センター 老年学・社会科学研究センター長 島田裕之先生 「コグニサイズ」

せいてつ病院 地域連携ネットワーク「さらくらネット」

さらくらネットを導入されている、しみず内科クリニック(八幡東区荒生田2-2-14)の清水一郎院長先生。使用感などについてお話をいただきました(11/24 せいてつ連携フォーラムオンライン)



さらくらネットを導入されている、しみず内科クリニック(八幡東区荒生田2-2-14)の清水一郎院長先生。使用感などについてお話をいただきました(11/24 せいてつ連携フォーラムオンライン)



さらくらネットのイメージ。セキュリティに配慮した通信環境を利用して、当院保管の患者さんの医療情報をかかりつけ医の先生が参照できます

「さらくらネット」はICTを活用して、同システムに登録いただいた地域の医療機関が、患者さんの医療情報をお電子的に共有・閲覧できる仕組みです。

このシステムを活用して、より迅速な情報収集が可能となりました。患者さんへさらに質の高い、安心で信頼できる医療のご提供を目指しています。

新しいマンモトームを導入しました



まずはブレストアウェアネスをしっかりと身につけて、乳がんの早期発見につなげましょう。

院は九州で初となる(当時)、マンモトーム機器を導入しました。診断能力の向上により、正確で患者さんの負担が少ない検査提供が可能になりました。

TOPICS

いま9人に1人が乳がんにかかる時代と言われています。自分の乳房の状態に日頃から関心を持ち、乳房を意識して生活することを

『ブレストアウェアネス』と言います。毎月1回のセルフチェックを習慣にしましょう。変化に気付いたらすぐに受診してください。また定期的な乳がん検診もその一つです。検診で異常が見つかった場合は精密検査を行います。その異常がエコー検査でははつきりしないにもかかわらず、マンモグラフィで微細な石灰化としてのみ発見された場合には『マンモトーム生検』というマンモグラフィを行なうながら、石灰化の部分を採取する特殊な検査があります。

2021年9月、当

教えて！産業医のお仕事

安川電機

本社の診療所におじゃましました！

産業用ロボットの開発メーカーとして、グローバルに発展を続ける安川電機は従業員数約4,000人。そのうち黒崎の本社には約2,000人の方が働いています。事業所の規模が1,000人以上の場合、法令で専属産業医を1名以上置くことが決められています。全国各地に10人以上の産業医が社員の健康をサポートしています。その統括である宮崎洋介先生に、安川電機中央診療所でお話を伺いました。



宮崎 洋介 医師

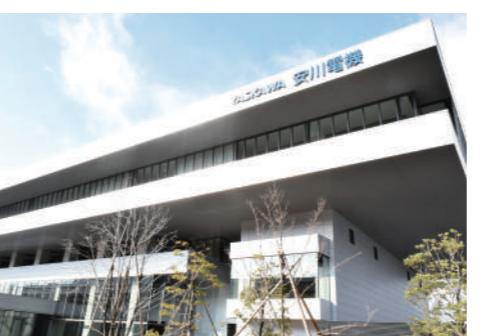
2010年産業医科大学卒業。2016年英国立バーミンガム大学大学院産業保健修士課程修了。専門は産業医学、産業保健。2020年より株式会社安川電機中央診療所にて勤務。

A 私は元々、工学部志望だったのですが、縁があつて産業医科大学で医師を目指すことになりました。元々産業医のことはよく理解していなかたのですが、医学生の時の講義や企業実習を通じて、病院だけではない世界で仕事をしたいとの思いが強くなつたのが産業医になつたきっかけです。もし工学部に進んでいたら、医師ではない職種で弊社に勤めていたかもしれませんね(笑)。

Q 二つの夢が同時に叶つたのでは？

ある意味、そうとも言えますね。面白い人生です。

A 安川電機の社員さんに多い疾患は何でしょうか？私が常勤する本社地区は生産現場もありますが、開発・企画・研究職などデスクワークの方が多いため、生活習慣病やメンタルヘルス対応などが多いです。この状況はどの企業も同じだと思います。



株式会社 安川電機

北九州市八幡西区黒崎城石2番1号

産業医のお仕事について
教えてください。

産業医の醍醐味は
どんなところでしょう？

病気の治療をする医師は患者さんやご家族から感謝されますが、産業医は「感謝されない医師を目指しなさい」とよく言われます。それは我々の役割が、病気を未然に防ぐことで、時として煙たがられる存在だからです。実際に健

康診断後での就業判定と受診勧奨、長時間労働による健康障害対策、工場の有害物質対策や腰痛などにつながる物理的要因の回避対応など、多岐にわたります。



かけたりと、お節介な役回りが多くあります。ただ、社員の健康あってこそ企業活動です。皆さんがいきいきと健康的に働ける環境構築に貢献することが産業医の使命であり、醍醐味だと思います。

患者さんやご家族から感謝されますが、産業医は「感謝されない医師を目指しなさい」とよく言われます。それは我々の役割が、病気を未然に防ぐことで、時として煙たがられる存在だからです。実際に健

帰ってきた「八幡饅頭」！



「鶴屋の八幡饅頭」といえば、重労働後の疲れた体に甘いものを欲した製鉄マンや地域の方に愛され、最盛期は1日1万個以上を売り上げるほどだったと聞きます。

2014年2月に閉店した後もファンから復活を望む声は続いていました。その声に立ち上がった瀧口智之さん（会社経営）が元職人さんにラブコールを送り、ついに「あの味」が帰ってきました。職人のお一人は「当時の勘はすぐに戻りました。皆さんに喜んでいただけるなら、頑張つて作つていきたい」と笑顔をのぞかせます。

店内では瀧口さんこだわりの珈琲や、鶴屋の人気商品だったシュークリームもいただけます。お馴染みの「八幡」の焼き印入りお饅頭に鶴のロゴマーク、焼きたての甘い香りが八幡中央町商店街に漂っています。



■鶴屋珈琲(営業時間／月～土 10:00～17:00)
八幡東区中央2-18-8 TEL.093-661-2020

新年のご挨拶



製鉄記念八幡病院
理事長 土橋 卓也

あけましておめでとうございます。

明治33（1900）年に設立された当院は、2020年に120周年を迎えるました。一昨年から昨年にかけて地域の皆様をお招きして様々な記念イベントを実施する企画を考えておりましたが、あいにくのコロナ禍で実現に至りませんでした。

昨年は、新型コロナウイルス感染症の第3、4、5波に襲われ、その対応に終始した1年となりました。直接患者に対応した医師、看護師、メディカルスタッフ、昼夜を問わずPCR検査に従事した臨床検査科職員はじめ、全職員が一致団結して立ち向かったことで、何とか難局を乗り切ることが出来ました。

長期に及ぶ緊急事態宣言により私たちの日常生活は大きな制約を受け、病院への受診行動や疾病構造にも変化が生じました。しかし、ワクチン接

種および徹底した感染対策により、新規感染症は減少しており、今年はポストコロナとまではいかなくともコロナに対応しながら通常診療を行う

「ウイズコロナ」の体制構築が必要と考えています。各臓器のがん診療から病、その危険因子である高血圧・糖尿病などの生活習慣病に至るまで、幅広い領域で地域の皆様に良質の医療を提供できる病院を目指して、当院の使命である「住民の暮らしを支え、健康長寿をめざした地域づくりに貢献します」を胸に、職員一同、心を合わせて努力する所存です。本年もよろしくお願い致します。

皿倉山は

八幡
探検!
薬用植物の
宝庫

八幡のシンボル・皿倉山。実は薬用植物の宝庫で、山頂付近には薬用植物園があることをご存じですか？

昨年10月、皿倉山の薬用植物を巡るツアー（公益社団法人八幡薬剤師会主催）が行われました。

参加者はグループに分かれ、山中に自生する薬草や植物園の薬草を観察して回ります。薬学博士である大学教授が薬草の効能、特徴、豆知識などを交えた大変興味深い解説をしてくださり、参加者に好評です。

薬剤師会が管理している約150種類の薬草園は開花時期が合えば、可憐で美しい花々に出会えます。知られざる皿倉山のもう一つの顔、見に行かれませんか。



(提供:八幡薬剤師会)



■薬剤師会主催の同ツアーは年に3回開催予定。詳細は市政だよりや同会のホームページなどでチエックを。（春・秋開催。夏は小学生のみ対象）。
■お問い合わせ
公益社団法人八幡薬剤師会
TEL(093)661-1166