

保存版 メディカルガイド 特別編

マイタウン・マイドクター

西・手稲版掲載範囲

省路文字の見方 住所 電話 診療科目 診療時間 中央バス じょうてつバス JRバス JR 地下鉄 市電 徒歩

マップ外掲載病院

14 整形外科・リハビリテーション科
fクリニックさっぽろ(南区)

凡例 ●=病院・医院 ●=歯科・矯正歯科

1 IMS(イムス)グループ 手稲ロイヤル病院

住 手稲区手稲金山124番地
①57手稲山行「手稲山」下車⑤5分
☎(011)681-2105
診 内科・消化器内科・循環器内科・整形外科・リハビリテーション科
受 内科 平日 8:30~11:30 13:00~16:30 土曜 8:30~11:00
整形 平日 11:00~11:30 ※日・祝休診

日本医療機能評価機構認定病院 消化器疾患、リハビリ中心の病院です。要予約の肝臓・物忘れ・禁煙治療、特定健診もあり。
<http://www.teine-royal-hp.org/>

2 つちだ矯正歯科クリニック

住 手稲区前田1条12丁目1-48
☎(011)695-8211
時 月・火・水・金 11:00~20:00
土 日 10:00~19:00
休診 祝日

アットホームをモットーに治療しています。外科矯正など保険治療も可能。●予約診療 ●平日夜8時迄 ●土曜・日曜は夜7時迄診療 ●P有り <http://www.8211kyousei.com>

3 医療法人 聖愛会 発寒中央病院

住 西区発寒5条6丁目10-1
☎(011)661-2111
時 月~金 9:00~12:30 13:30~17:00
土 9:00~12:30
日 祝休み

「親切・やさしさ・誠実」を基盤とし、患者様の立場にたった快適な環境とサービスの提供を心がけていきます。(病床数:一般54・療養54) <http://www.seikai.or.jp/>

4 医療法人社団 聖心会 琴似駅前内科クリニック

住 西区琴似2条1丁目1番20号
☎(011)622-3531 内科・胃腸内科・消化器内科
時 月・火・木・金 9:30~19:30
土 日 9:30~17:00
(休休み 12:30~14:00) 毎週水曜・祝日休み

生活習慣病をはじめ消化器疾患(消化性潰瘍、逆流性食道炎、機能性胃腸症、過敏性腸症候群等)の診断・治療更には消化器の癌の早期診断を専門的に行っております。 <http://jkai.com>

5 いい矯正歯科クリニック

住 中央区大通西25丁目1-1 ワールドビル4F
☎(011)615-5207
時 月~金 10:00~20:00(昼休み13:00~14:00)
土・日・祝日 10:00~18:00
休診日 第1,2,3水・木 第4,5土・日

院長 石井英司 歯学博士 元北海道医療大学教授 詳細はホームページ「札幌山い矯正歯科クリニック」で検索。
<http://www1.ocn.ne.jp/~ishiort/>

6 土井歯科

住 中央区北9条西15丁目28-196
ITフロント1F 函 桑園駅②2分
☎(011)640-1182 回有
診 歯科・小児歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

時 月~金 9:30~14:00
15:30~20:00
土 9:30~14:00
日・祝休診
<http://www.doi-dentalclinic.com>

7 はやしたくみ女性クリニック

住 中央区大通西25丁目1-2
ハートランド円山ビル 3F
函 東山バスターミナルより③3分
☎(011)640-8845
診 婦人科・産科
時 月・火・水・金 9:00~12:30
14:00~18:30
木・土 9:00~14:00
日・祝休み 回有

「女性のこころと体をトータルにケアします。」
婦人科・産科の保険診療はもちろん、骨粗鬆症や動脈硬化症を含む生活習慣病の治療・特定健診(メタボチェック)など、幅広いサポートを行っています。気軽にかかれば、安心感のある、信頼感が結ばれた愛情を持った診察と、ぬくもりのある空間の提供を理念としております。

院長 林 巧

8 社会福祉法人 札幌慈恵会 札幌慈恵会

住 中央区旭ヶ丘5丁目6-50 ①慈恵会前下車
☎(011)561-8292
診 内科・老年内科・精神科
時 平日 9:00~17:00(休休み12:30~13:30)
土 9:00~12:00(内科のみ診療)
(精神科、初診希望時要予約) 日・祝休み

<http://www.sapporojikeikai.or.jp/jikeikai/>
内科全般・生活習慣病・老年病を中心に、外来・入院・在宅医療と一貫したサポート体制を確立し、診療にあたっております。

9 医療法人社団 中野整形外科医院

住 中央区南7条西15丁目1-35
☎(011)561-0224 回有
診 整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科・麻酔科(中野達)・放射線科

時 月~金 9:00~12:00(受付11:30迄)
13:00~18:00(受付17:30迄)
土 9:00~12:00(受付11:30迄)
尚、第2・4木曜午後は手を診療する専門医が来院しております。休診日 日・祝日

10 医療法人社団 愛育会 大通り矯正歯科

住 中央区北1条西3丁目
井門札幌ビル4F
函 大通駅②2分、函 札幌駅⑤5分
☎(011)222-4618 (電話予約制)
診 矯正歯科
時 10:00~19:30 水曜・日曜・祝日休診
(パソコンホームページ) <http://www.odori-kyousei.com>

美しい歯並び、正しいかみ合わせがからだ全体の健康にもつながります。
札幌駅前通にある矯正歯科専門の診療所です。顎変形症など保険診療の他、デーモンシステムやインビザライン(保険外診療・35万円~)など、患者さんに合わせた新しい治療法も導入しています。

11 医療法人愛和会 エルムデンタルクリニック札幌大通南

住 中央区南1条西3丁目8-20
三越アネックスビル(旧丸善)3F
函 大通駅①1分
☎(011)271-2277
診 歯科・矯正歯科・歯科口腔外科

時 月~金 9:30~19:30
土 9:30~18:00
※日・祝休診
※日曜日は予約のみ診療
<http://www.elm-dc.com>

12 コロンビア内科

住 中央区北1条西3丁目
時計台スクエアビル4階
ビル1階にカフェドールさんが入っています。
函 大通駅④4分 地下歩行空間9番出口②2分
☎(011)207-2227
診 内科・循環器内科
時 月・火・水・金 9:00~12:30
13:30~18:00
木・土 9:00~12:30
休診日 日・祝日

急性症状から慢性疾患まで幅広く対応。
みなさまの「頼れるかかりつけ医」として急性疾患から生活習慣病、心身症状まで幅広く対応します。漢方治療も行っています。お気軽にご相談ください。

院長 小谷 晃司

13 クリニックアンジェ 牧山内科

西区山の手3条12丁目1-34 ☎011-632-0123
<http://ange-yamanote.com> ⑩10台有り

健康と幸せは微笑から
患者様の相談窓口となるコンシェルジュが、ご来院された方へ心からの笑顔でお出迎えいたします。家庭的な雰囲気の中、身も心もリラックスした状態で診察を受けていただきたいと思います。内科・消化器内科の保険診療、子宮頸がんワクチンを始めとする各種ワクチン接種(要予約)、各種健康診断を行っており、大腸カメラ、エコー、苦痛を緩和する経鼻内視鏡による胃カメラなど消化器中心の検査設備を備えています。このほか、プラセンタ療法やグルタチオン、各種ビタミンの点滴療法を実施しております。禁煙指導、食事指導、運動指導、医療脱毛指導なども、丁寧にアドバイスを行いますので、お気軽にご相談下さい。また、ハーブとアロマの講習会や乳がん自己健診講習会、禁煙セミナーも毎月開催しております。興味がある方は、当院までお問い合わせください。

院長 牧山 九重

診療科目
内科・消化器内科

14 fクリニックさっぽろ 15 fクリニックまるやま

fクリニックさっぽろ/札幌市南区中の沢1-12-20 ☎011-573-0777 www.fcclinic.jp
fクリニックまるやま/札幌市中央区大通西25丁目1-2/ハートランド円山ビル ☎011-640-1155

「診る、治療する、鍛える、防ぐ」
できる限り手術をしないで、リハビリなどを主体とする方針で治療にあたっています。

fクリニックさっぽろ 院長 福島 直
fクリニックまるやま 院長 大久保 隆夫

| fクリニックさっぽろ | | fクリニックまるやま | |
|------------|-------------------------------------|------------|-------------------------------------|
| 月・火・水 | (午前) 9:00~12:00 (午後) 14:00~18:00 | 月・火・水 | (午前) 9:30~12:30 (午後) 14:00~18:00 |
| 木・土 | (午前) 9:00~12:00 | 木・土 | (午前) 9:30~12:30 |
| 日・祝 | 休診 | 日・祝 | 休診 |

風邪のひき始めに ショウガ湯

薬味としてだけでなく、肉や魚の臭みを抑えるのに欠かせないショウガ。年中出回っていますが、根ショウガの収穫期は10~11月です。ショウガ独特のからみは、ジンゲロン、ショウガオールなどのからみ成分によるものです。ジンゲロンには、魚などの臭みを消す消臭作用、強力な殺菌作用で食中毒を予防し、さらに風邪のひき始めには発熱やせきを抑える働きが知られています。ショウガには、新陳代謝を促進し発汗作用を高める作用があり、内臓の動きを活発にします。血行を良くして冷えを防ぎ、また、胃液の分泌も促し消化吸収を助けるので、食欲がないときにも、薬味やショウガスープ、ショウガ湯などにして摂取するのがお勧めです。ただし、刺激が強いため胃腸が弱っているときに大量に取らない方がいいでしょう。昔から風邪をひくと「ショウガ湯」といいますが、ショウガの香り成分のジンゲレンには、風邪の初期症状を改善し、たん切り、せき止め、冷え性の改善、吐き気止めなどの働きがあるといわれています。最近では、血圧やコレステロール値を下げる働きも期待されています。ショウガは寒さが苦手です。冷蔵庫には入れず、ぬらした新聞紙に包んで常温で保存するといでしょう。買ってすぐにすりおろし、薄く伸ばして冷凍し、必要な分だけ使用するのも便利です。