

五省会ニュース

ご せい かい

NO.169

医療法人財団五省会

医療法人 西能病院

西能みなみ病院

介護老人保健施設 みどり苑

発行人 西能 竝



雨上がり

写真：荒木 博昭

海王丸二隻

雨があがると、空にも公園広場の大きな水溜りにも海王丸が…。岸壁に停泊する帆船が、余すところなく映され、神秘的な美しさを見せてくれる。まるで、海の中にもうひとつ船があるかのよう。

今は富山新港に係留される海王丸だが、かつては商船学校の練習船として、五十年にわたり七つの海を航海した。あるときは帆に風を孕み広い海原を駆け、嵐の夜は隊員たちとひとつになって、荒海と闘ったであろう。そうして、若者たちを鍛え、勇気と希望を育んだ。

海王丸の後継として一九八九年に就航したのが海王丸二世。先代に比べて大型化がなされ、また兄弟船、日本丸二世で培われた建造技術をさらに進歩させ、日本丸をしのぐ帆走性を得た。

海王丸二世が初めて富山新港に寄港して、両船がそろって総帆展帆したのが、二〇〇六年の海の日。六十五枚の帆が風にはためいた。その二年前に計画されていたが、台風により二世が富山港で座礁、ようやく実現したものであった。

苦難を乗り越えてきた二隻の船はどんな話をしたのであろう。初代海王丸は、「今一度錨を揚げ、水平線の彼方へ出航し、新しい世界を見たい！」とでも言ったのではないだろうか。

文芸同人誌「檸檬」同人 山本棧子

新院長・新副院長就任のご案内

医療法人財団五省会では、医療の管理体制の強化と経営基盤の安定化を目的に、七月一日付で西能病院の院長・副院長の交替人事を行うこととなりました。

これにもない、九日には就任祝賀会が催され、五省会関係者二〇名が西能病院のさらなる発展を誓いました。患者、利用者の皆様におかれましては、引き続き変わらぬご支援、ご利用をいただきますようお願い申し上げます。

五省会の永続的發展を見すえて

財団五省会 理事長 西能 竝

昭和六十三年七月、前院長が六十歳の還暦を迎えたのを機に、私が西能病院の院長に就任したのは四十五歳の時でした。以来二十一年間にわたって院長を務めて参りましたが、苦しいことも楽しいこともさまざまにあつたなか、今日まで無事に務めてこられたのは、なんといつても職員各位の日々の頑張りのおかげだと思っています。この場をお借りして深く感謝を表します。

平成十二年から財団五省会の理事長を併せて務めることとなり、施設が三つに増えるとともに運営面での職責も増してきました。そしてこのたび西能病院の新築を計画するに際して、五省会の永続的な発展を見すえた事業承継の観点から、院長職を前副院長の増田明先生に委ね、同時に前診療部長の市村和徳先生に副院長を務めていただくことといたしました。今後、増田院長・市村副院長のリーダーシップのもと、職員が一丸となってよりよい病院づくりを目指してもらいたいと願っています。



祝賀会において、新たな職務への決意を述べた増田新院長、市村新副院長に対し、西能理事長から記念品とともに大きなバトンが手渡されました。

私自身は理事長として法人の経営基盤を固めるとともに、医師としてはこれまでどおり診療を続けて参りますので、引き続き地域の皆様のご支援を賜りますようお願い申し上げます。

患者さんの安全と満足をめざして

西能病院 院長 増田 明

このたび七月一日付けで西能病院の院長を拝命した増田明です。平成十三年に富山医科大学を辞し、当院に入職して七年九ヶ月が経過しました。その間、副院長兼麻酔科部長として、年間八百例を超える全身麻酔手術を担当してまいりました。大過なく務めてこられましたのも、ひとえに職員の皆様のおかげと感謝申し上げます。

今回の院長人事は、五省会の今年度の目標の一つである「法人本部組織の確立と基盤強化」の一環であります。本年四月より法人本部が名実ともに組織として再編・整備されました。この時期にあわせ組織基盤をより強固なものにするためには、経営責任者としての理事長職と病院の医療責任者である院長職の分離が必要であろうとの、西能理事長の強いご意向によるものです。

医師としての私の仕事は、手術麻酔を担当することが主体であり、野球で言えば監督兼選手の立場にあります。まだまだ選手としての仕事が多く時間を占める状況にあり、監督業は法人本部と

医療法人財団五省会 管理者一覧

理事長 西能 竝

財団五省会では、本年4月の組織改編で法人本部を設置、5月の理事会・評議員会での承認を経て、下記の新体制で各施設を運営しています。

法人本部

常務理事・本部長 西能 淳
 総務人事室長 澤井 哲也
 財務経理室長 津田 貴洋
 企画情報室長 西能 涉

西能病院

院長 増田 明
 副院長 市村 和徳
 診療部長 根塚 武
 診療技術部長 信清 正典
 手術部長 橋口 津
 看護部長 境 美代子
 事務部長(兼務) 澤井 哲也

西能みなみ病院

管理者 浅野 裕
 看護部長 奥井 好子
 事務部長 土代 正治

介護老人保健施設 みどり苑

施設長 高久 晃
 看護介護部長 関 待子
 事務部長 黒田 松雄

病院事務部のサポートを得て務めていくことになると思います。これからも患者さんにとって満足と安心の得られる病院を目指し、また麻酔においては安全で痛みが少なく回復の早い「優しい麻酔」を心がけて、職務に取り組みたいと思います。

さて、西能病院は二つの大きな事業を同時期に実現させなければなりません。それは平成二十三年四月オープンを目指した「新病院の建設」と「診療の電子化」です。

当院では、本年三月に画像診断の電子化、いわゆる「PACS」を導入しました。フィルムという「物」の移動のないシステムは、多少の欠点はあるものの、デジタルゆえの利便性に富み、当院の業務の流れを大きく変化させました。診療の質とコンプライアンスを確保しながら、患者さんの医療ニーズに応じていくには、医師の負担を軽減させる診療の電子化は避けて通れません。ここ二年間はこの二大プロジェクトを、職員が一致協力して推進してまいります。今後とも皆様のご支援のほどよろしくお願いいたします。

患者とともに闘うプロの集団に

西能病院 副院長 市村 和徳

この世に生を受け半世紀となる節目の年にあたり、西能病院の副院長に就任することとなりました。まさに身の引き締まる思いです。少しでも病院と患者さんの力になればと考えております。

医療の世界が厳しい状態に置かれていると言われ続け、十数年が経ちました。私自身が医療の世に足を踏み入れてからも、すでに四半世紀以上が過ぎました。振り返れば、若い頃はただ病のこどだけを考え医療と向き合うことができたように思います。しかし近年は、市場原理主義の台頭、情報化社会の到来など、息つく暇のない社会の変化に、医療も多大な影響を受けております。そうした中で、医療の本質が見失われつつあるように思われてなりません。医療とは、患者と一緒になって病と闘う共同の作業であると考えます。そのため、我々医療に関わる人間は自分の技術を磨かねばなりません。まずはここ西能病院が病との闘いを助けるプロの医療集団であり続けるために、微

力ながら頑張っていきたいと思っております。

と同時に、組織のトップ集団には、変化の激しい現代社会において、現状の分析力、速やかな決断力、将来を見据え予知する力など、広範な能力が要求されるでしょう。はたして私にその能力があるかどうか、本人が一番不安に感じている次第ですが、スタッフ、関係者、そして当院を利用される皆様のご協力をお願いしながら、この大きな任務に取り組んでいきたいと思っております。

今後ともご支援のほどお願い申し上げます。

糖尿病内科 開設のお知らせ

西能病院では、前富山大学附属病院長の小林正（こばやし まさ）医師による糖尿病内科の専門外来を開設しました。近年は「国民病」とも言われる糖尿病ですが、小林医師はその治療の専門医として大変ご高名な先生です。お悩みの方はぜひご受診ください。

【診療時間】月曜日 午後3～5時

【専門資格】日本糖尿病学会認定医・指導医

日本内科学会認定医・米国内科専門医等



<患者さんへのメッセージ>

糖尿病の治療は、「継続的治療」が何より大切です。患者さんご自身の判断で治療を中止すると、合併症の危険が高まります。症状が一時的に治まったとしても、医師の指示にしたがって治療を継続してください。

カルテの余白

五省会のドクターを紹介します

	西能病院整形外科診療部長 根塚 武 (41歳)	
	得意分野	整形外科 スポーツ整形外科
	趣味	読書(雑誌含む)
	尊敬する人	亡き祖父、父
	好きな食べ物	焼き鳥、寿司

仕事・趣味・実益

98年9月に西能病院に赴任して、10年以上経過しました。99年には当院で仕事をしながら、ほぼ毎週、神戸大学医学部黒坂教授のところへ膝靭帯鏡視下手術の研修に行きました。オリックス(野球)やヴィッセル神戸(サッカー)、神戸製鋼(ラグビー)の選手が来る病院でした。清原和博選手(清原選手と私は同じ年です)の最後の膝の手術を執刀されたのも黒坂先生で、先日、清原選手の引退記念番組の映像に出ておられ、懐かしく思っていました。(学会でもよくお会いします)

92年より、北陸電力サッカー部「アローズ北陸」のチームドクターをしておりました。08年「カタレ富山」というプロチームになって1年目まで担当しておりましたが、10年以上経過し、富山という地域が抱える諸問題や、プロスポーツチームが果たすべき役割、医療の責任などの矛盾点が見えてきて、その役職を辞することとし、一区切りをつけました。

99年からU20(20歳以下)の日本代表チームのチームドクターを務めました。昨年はサウジアラビアでおこなわれた、アジア最終予選の代表決定戦でライバル韓国に敗れ、代表権獲得はなりませんでしたが、これまで接した選手の中には、現在Jリーグや日本代表チームでも中堅をなしている選手もいます。スタッフとしてではありますが、日本を代表するチームの一員として闘いの場に参加できたこの10年あまりは、非常に幸運でした。

こういった活動で出会えた友人・知人や経験は私にとって大きな財産です。ここから先しばらくはこのような仕事はしないつもりですが、これを生かして、普段の診療で地域の皆様方のお役に立てることも多いと感じています。



健康セミナー 39

スポーツ障害について

五省会理事長
整形外科専門医
西能 竝

4月18日、地域のスポーツ指導者を対象に、「五福公園スポーツクラブ・さくら」主催の研修会が開催され、五省会・西能竝理事長が「スポーツ障害の予防」をテーマに講演を行いました。



【競技スポーツと市民スポーツ】

スポーツには、体力の向上や健康の増進など身体によい効果があるのはもちろんですが、心のゆとりを育むことや、ストレスの解消、コミュニケーションを豊かにすることなど、精神的にも社会的にもさまざまな利点があります。

昨今、健康志向の高まりでスポーツ人口が増加していますが、それとともにスポーツによる障害で病院を訪れる方も増えています。

スポーツをされる際には、競技力を高めるのか、市民スポーツやレジャーとして楽しむのか、目的を明確にし、トレーニングの方法や時間を調整することが大切です。

とくに子どもの場合は、過剰なトレーニングは事故のもとです。少年チームの指導においては、ケガや障害への注意を喚起しながら、適度な運動をマイペースで楽しめるように指導しましょう。

【スポーツ時の事故と障害】

競技中、不測の事故などで強い外力が加わり、骨、関節、筋肉などに異常をきたすことを「スポーツ外傷」と言います。骨折、捻挫、脱臼など、急性的発症が特徴です。

スポーツ中の事故でとくに注意すべきは突然死です。年間約200名の方がスポーツ中の事故で亡くなっていますので、競技中の安全管理は何より重要です。

それとは別に、繰り返し運動を行うことで次第に骨や関節に異常をきたすケースを「スポーツ障害」と分類しています。野球肘や疲労骨折などが代表的な病気です。

【予防の重要性】

これら事故や障害の予防には、専門的な知識を持ったサポート体制が重要になります。

(1) **メディカルチェック**
定期的な、内科的・整形外科的メディカルチェックを行い、総合的に健康管理を行います。内科的メディカルチェックには、

問診、血液検査、胸部レントゲン、心電図等があり、整形外科的メディカルチェックには、関節の可動域や柔軟性、筋力や神経系のチェックが含まれます。

(2) 指導者の育成

指導者教育により、子どもや成人の身体的特徴を学び、競技者に合ったトレーニングの方法や運動量のコントロールを行います。

また、スポーツトレーナーを養成し、競技時のサポート体制を充実させることも望まれます。

(3) スポーツクリニック

スポーツ障害に対する専門的治療の必要性が高まっています。

県内には外科・内科・精神科など約70人の日本体育協会公認のスポーツドクターがいます。協会のホームページで名簿が公開されていますので参考にしてください。

【事故発生時の応急処置】

予防を徹底しても、万が一の事態に備えておくことは必要です。事故が発生した場合、速やかに救急隊へ連絡し、救急隊が到着するまでの間に容体を悪化させないように以下の応急処置を行います。

(1) 4点チェック

まずは患者の状態について、「意識・呼吸・脈拍・出血」の4点チェック

クしてください。

(2) 心肺蘇生法のABC

① = Air Way 気道確保

② = Breathing 呼吸

③ = Circulation 心臓マッサージ

脈や呼吸がない場合は心肺蘇生法を行います。近年、公共施設などには「AED(自動体外式除細動器)」が設置されています。蘇生率は心肺停止からの時間に左右されるので、普段から練習し、落ち着いて対処することが大切です。

(3) 止血法

「直接圧迫止血法」出血部が小さい場合、患部を直接押さえます。

「止血帯法」患部より心臓に近い部位を手ぬぐいなどで強く結んで止血します。この方法を用いるのは30分間を限度としてください。

(4) RICE療法

打撲・骨折・捻挫など外傷時の初期治療の原則として、「RICE療法」を覚えておきましょう。

① = Rest 安静

② = Iceing 冷却

③ = Compression 圧迫

④ = Elevation 挙上

【整形外科的予防と治療】

最後に、整形外科的な予防や治

療の観点から簡単に解説します。
・ **テーピング**は外傷の予防、救急処置、リハビリテーション、運動フォームの矯正などに効果的です。

・ **運動前には、ストレッチング(身体の屈伸)**を十分に行うことで、筋肉や関節の柔軟性が高まり、ケガの予防に非常に効果があります。
・ **ウォーミングアップとクールダウン(準備運動・整理運動)**を行うことで、スムーズに競技中の運動に移行できます。

・ **筋肉トレーニング**により、筋肉を鍛え、障害を予防します。
・ **障害を発症した場合、アスレチック**

クリハビリテーションにより、競技への復帰目標を設定、スタート時期、意欲、再発の防止などを総合的にサポートします。

競技であれ趣味であれ、スポーツは健康とともにあるものです。事故や障害を予防し、健康的にスポーツを楽しみましょう。

西能竝 日本体育協会スポーツドクター
／ 富山県体育協会理事・スポーツ医学委員会委員長／ 富山県健康スポーツ財団理事・スポーツクリニック委員会委員長

富山産の食材を利用したメニューを紹介します。



- ★みょうが(富山産)寿司 主食 2
- ☆旬の野菜たっぷりポトフ 主菜 1 副菜 2
- ☆海苔巻き卵 主菜 1 副菜 0.5
- ☆梅酒(富山産)ゼリー



エネルギー：674kcal
たんぱく質：26.9g 脂質：9.5g コレステロール：264mg

★みょうが寿司 (材料1人分)

ごはん……170g	酢 15g	} A
みょうが……30g	砂糖 2.5g	
枝豆………5g	塩 0.3g	

- ① みょうがはよく洗い、沸騰したお湯でさっとゆがき、甘酢Aにつけておく。
- ② ご飯が炊き上がったら、甘酢ですし飯をつくる。
- ③ ②にみょうがと枝豆をのせる。

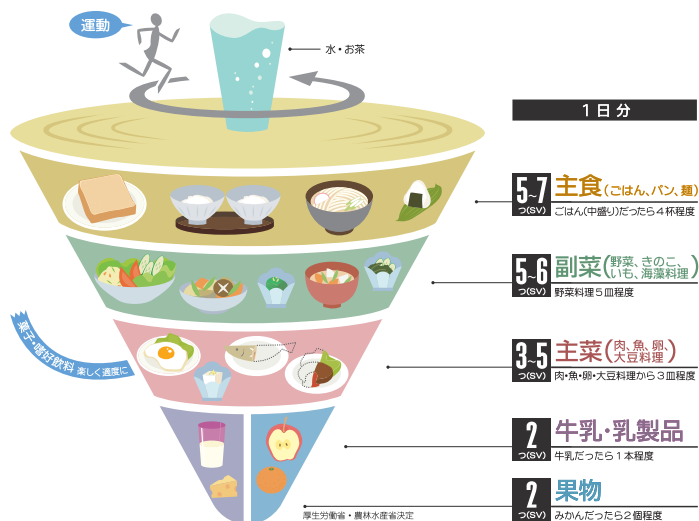
メタボの予防と改善

メタボリックシンドロームの予防のためには、バランスの良い食事が基本です。野菜をしっかり摂って、ビタミン、ミネラル、食物繊維などを十分に摂りましょう。毎日の食事に含まれる塩分や脂質の量にも気を付けましょう。

厚生労働省から出ている食事バランスガイドを参考にメニューを考え、地場産の新鮮野菜をたっぷりとりましょう。

食事バランスガイド

あなたの食事は大丈夫？



堀アイさんは来し方百年を十分に話された。

「人間、そう簡単には生きられませんが、明治四十一年、千葉生まれの大正十二年には関東大震災、昭和二十年空襲で焼け出され、命からがら夫の郷里・富山にきました。落ち着く間もなく、また富山空襲。戦後、四歳の下の息子をエキリで亡くしました。夫は鉄工所で働き、私は子育てで無我夢中でした。息子が結婚して孫が生まれ、孫の世話を終えてから勤めました。夫も亡くなり、こんなに長く生きるつもりはなかったんですが…」

堀さんは、三月に座敷で滑って横倒しになり、足と腰を痛め、西能病院に入院した。みどり苑に転院後の今では、歩行器の助けを

みどり苑入所者 堀アイさん (101歳)



今年初めに書き納めた毛筆の「経本」



手編みの巾着がもうすぐ完成する

りて歩けるようになった。

そして、身体だけでなく、頭と心のリハビリが必要だと、写経とレース編みを始めた。写経は富山の人の篤い信仰心に刺激され、五十代から早朝に起きて、お経をそらんじて書いていた。「ご利益があったような気がします」と。今はノートに般若心経などを書いているが、心が落ち着く。レース編もするが、こちらは、知り合いからもらった糸があったので、挑戦。

「細編みで編めば、なんとなく形になりますよ。編んでいると時間が速くすぎます」と。

「シャンとしているのは気持ちだけ。足や身体はいうことをきかないですよ」と言いながら、周囲に心配りされる姿は凜としていた。

ぽ
れ
ぽ
れ

くゆつくり・おだやかに

ちょっと元気になる話

私のアンチエイジング

西能みなみ病院看護部長
奥井 好子

最近アンチエイジングという言葉がよく耳にします。アンチエイジングとは『抗老化』『抗加齢』という意味で、年をとると起こる老化の原因を抑制し、老化を予防・改善したり、病気になるまい身体づくりや、ひいては、いつまでも若々しさを保つことをいいます。

前職場（救急室・手術室）では、高齢者の転倒による骨折（特に女性に多い）をよく目にしていました。私もちよっとした転倒で骨折しないよう足腰を鍛えなければならぬと常日頃思っていました。西能みなみ病院に就職したのを機に行動に移すこととしました。幸い近くに健康パークがあり、平成18年10月から週1回のペースで身体を動かし、汗をかき足腰を鍛え、頑張っって今日まで続けてきました。時間がある時に行くことができればいいと思うのでは長続きしないだろうと思い、必ず週に一回行くということとを自分に義務付け、一週間の計画を立てて実行しています。汗をびっしょりとかいてシャワーを浴びた後は、軽い疲労感



はあるものの身体は軽くなったようでとても気持ちがいいひと時です。週一回では筋肉？は付きませんが、長時間歩くことも苦にならず、筋肉痛とか疲労感なども気にならなくなりました。日々の中でも階段を上がるときは、周囲に人の目がなければリズムカルに二段上がり、朝礼時のラジオ体操はしっかりと身体を伸ばし・動かしと有効に活用しています。

また、“老け込まない対策”として①野菜を多くとる②ストレッチをためない③定期的に運動をする④脂っこいものは控える⑤常に前向きに明るく生活をするということを取り入れ、自己管理のもと、実際の年令よりも見た目や容姿がふけて見えないよう、若々しい状態をキープするよう心掛けたいと思っています。

ハートフル・ケア

楽しく介護

その15

食事②

人は「お腹がすいた」とか目の前にある食べ物を見て「おいしそう」と感じたりすることで食欲がわきます。ちよっとした体調不良等で食べたくない日もあるかもしれません。しかし、食欲がわかない日が続くと、栄養がとれなくなり、生活や健康に悪影響を及ぼしてしまいます。今回は食欲がわかない原因とその対処法を考えてみましょう。

- 内臓の器官が病気になる可能性があることがあります。主治医に相談してみましょう。
- 部屋に引きこもっているなどで運動不足になっている可能性があります。地域の健康サークルに参加したり、散歩や体操を行い、身体を動かしてみましましょう。
- 脱水になっている可能性があります。高齢者は喉の渇きを感じ

じにくかったり、トイレに行くことを心配して水分を控えたりして、体内の水分量が不足することがあります。脱水により意識がボーッとしたり食欲が低下することもあります。日頃から十分な水分を摂りましょう。

● 認知症が進行しているのかもしれない。 「食べる」ということ以上に気になることがあつたり、どう食べてよいのか分からなくなっているのかもしれない。食べ慣れたものを出したり、落ち着かなくなる原因を除去したり、主治医に相談してみましよう。

● 食べる時の動作に支障が出ているのかもしれない。麻痺等で手をうまく使えなかったり、飲み込めないなどといった理由から、食べることが嫌になってくるのかもしれないので、リハビリの専門家に相談してみましよう。

食欲がわかない原因がなかなか見つからないこともあるかもしれません。時には外食をしたり、親戚や友人と会食をしたり、普段とは違う刺激が有効なこともあります。

まずは「食べたい」という気持ちがあるのか確認してみましよう。

（みどり苑支援相談員 長嶋千尋）

診療科	平日診療(月～金)						休日診療(土・日・祝)		
	時間	月	火	水	木	金	時間	土	日・祝
整形外科	午前 (8:30～12:00)	西能 市村 信清 竝 和徳 正典	根塚 武 橋口 隆彦 堂後 隆彦	西能 仲井間 憲成 竝 憲成 陽雄 (隔週 9:00～) 川口 善治	西能 根塚 仲井間 憲成 竝 武 憲成	信清 正典 青木 雅人 松下 功	午前 (8:30～12:00)	市村 和徳 信清 正典 堂後 隆彦	交替制
	午後 (4:00～7:00)	西能 根塚 堂後 隆彦 竝 武 (5:30～)	仲井間 憲成 信清 青木 雅人	市村 和徳 橋口 津 松下 功	根塚 武 (～6:00) 橋口 津 堂後 隆彦 ●スポーツ整形も行います	市村 和徳 青木 雅人 川口 善治 (～5:30)	午後 (1:30～5:00)	根塚 武 橋口 津 青木 雅人	交替制
内科	午前 (8:30～12:00)	川上 恭右 (消化器) 森田 弘之 (消化器)	川上 恭右 (消化器)	森田 弘之 (消化器)	川上 恭右 (消化器)	森田 弘之 (消化器)	午前 (8:30～12:00)	中山 康弘 (消化器)	休診
	午後 (3:00～5:00)	川上 恭右 (消化器)	松井 祥子 (呼吸器)	森田 弘之 (消化器)	川上 恭右 (消化器)	森田 弘之 (消化器)	午後 (1:30～5:00)	休診	休診
糖尿病 内科	午後 (3:00～5:00)	小林 正							
眼科	午前 (10:30～12:00)			ゆのき 柚木 達也		ゆのき 柚木 達也			
麻酔科	午前 (8:30～12:30)				増田 明 (顔面・眼瞼痙攣 外来一予約制)				
リハビリテーション科		午前8:30～12:00 午後4:00～7:00					午前8:30～12:00 午後1:30～5:00		

都合により担当医が変更になる場合があります。ご了承ください。

時間	月	火	水	木	金	土	日	
午前9:00～12:30	内 科	石原 元	森本 茂人	石原 元	石原 元	石原 元	石神 慶一郎	休診
リハビリテーション科	浅野 裕	浅野 裕	浅野 裕	浅野 裕	休診	浅野 裕	休診	

- 入所サービス
- ショートステイ
- デイケア(通所リハビリテーション)
- 居宅介護支援事業所

ボランティア募集 月・火・木・金の午前・午後
入浴後のドライヤーかけ/利用者様の活動サポート/話相手

お知らせ

■みどり苑 夏の行事

(納涼祭)

平成21年8月8日(土)
17:00～ 模擬店、お楽しみ抽選会

(敬老会)

平成21年9月5日(土)
渋川流剣詩舞道菊帆会様来演予定
秋ヶ島地産メニュー展示試食

(介護教室)

平成21年8月13日(木)
13:00～13:30 『糖尿病と栄養』
平成21年9月5日(土)
(敬老会同時開催) 『嚥下介護教室』

■西能病院ホームページ・トップの
週間担当医師にて、外来担当医師
の週間スケジュールや休診・代診な
どの情報をご覧いただけます。
<http://www.sainouhp.or.jp/>



西能病院通院バス

月曜～土曜 午前運行(日曜、祝日は休み)

○印は常時停留所、その他は臨時停車します。

★詳細は受付でおたずねください

①富山駅・西町コース

丸の内→西能病院→富山大橋
旅籠町 8時から12時15分まで 丸の内
西町←桜橋通り←富山駅←新富町
毎時15分・45分

②婦中・長沢・金屋方面

金屋→西能病院→神明
友坂口 7:50 羽根
平岡←古里郵便局←速星駅←鶴坂農協
11:00

③呉羽・中老田・北代・田刈屋方面

石坂→西能病院→吉作
北代 9:10 花ノ木
呉羽駅←富山短大←中老田
12:00