

診療日



受付時間
午前受付 8:00 ~ 11:30
午後受付 14:00 ~ 17:30



凡例：◎は夕方までの通常診療 ○は半日又は変則診療 ×は休診日

8 月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	◎	◎	12:00まで ○	◎	◎	12:00まで ○
7	8	9	10	11	12	13
16:00まで ○	◎	◎	12:00まで ○	山の日 ×	当番代休 ×	夏季休暇 ×
14	15	16	17	18	19	20
×	×	×	12:00まで ○	◎	◎	12:00まで ○
21	22	23	24	25	26	27
×	◎	◎	12:00まで ○	◎	◎	12:00まで ○
28	29	30	31	※8/7(日)は当院が休日当番。代わりに8/12(金)が休診です。		
×	◎	◎	12:00まで ○			

9 月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
				◎	◎	12:00まで ○
4	5	6	7	8	9	10
×	◎	◎	12:00まで ○	◎	◎	12:00まで ○
11	12	13	14	15	16	17
×	◎	◎	12:00まで ○	◎	◎	12:00まで ○
18	19	20	21	22	23	24
×	敬老の日 ×	◎	12:00まで ○	◎	秋分の日 ×	12:00まで ○
25	26	27	28	29	30	
×	◎	◎	12:00まで ○	◎	◎	

健康メッセージ <こまめな水分補給を…脱水症のチェック！>

夏といえば熱中症ですが、受診される患者さんの多くに脱水症状が見られます。特に、お子様や高齢の方は喉の渇きに気付きにくく、体温調節も難しいため、脱水になりやすい傾向にあります。普段から脱水気味になっていないか注意することや、こまめな水分補給が大切ですが、時間を決めて摂取するののも一つの方法です。

【脱水チェック】

- ①ここ3日間、食事が減っている
- ②発熱が1日以上続いている
- ③いつもより汗を多くかいている
- ④下痢や嘔吐が3日間で3回以上みられた
- ⑤暑い場所に長時間いた
- ⑥便秘気味である
- ⑦いつもより、排尿の回数や量が少ない
- ⑧舌が乾いている、舌に亀裂がある
- ⑨唇が渇いている
- ⑩いつもより皮膚の張りが無い、又は冷たい
- ⑪いつもより意識がハッキリしない
- ⑫脇の下が渇いている

【経口補水液の作り方】水1ℓ + 食塩3g + 砂糖40g ※柑橘系を加えれば、さっぱりした味になりますよ♪