



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

4 月

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

※4月29日(昭和の日)は、当院が休日当番です。

5 月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6 代休 ×
7	8	9	10 12:00まで	11	12 午後 寛之医師	13 12:00まで 寛之医師 ○
14	15	16	17 12:00まで	18	19	20 12:00まで ○
21	22	23	24 12:00まで	25	26	27 12:00まで 寛之医師 ○
28	29	30	31 12:00まで	※5月6日(土)は休診です。		
×	◎	◎	○	◎	◎	○

健康メッセージ

<ゆとりの気持ちで今を乗り切ろう！>

現代社会はとてつもない速さで変化しており、ある一定以上の年齢の方は追いついていけないという感覚に陥るそうです。戦前といわれる昭和初期の世代は、一般的に大家族で、総出で働き、皆がそろって食事をし、今日の出来事などを話し合い、裕福ではなくてもお互いに支えあいながら精一杯生活をしてきたというイメージがあります。テレビや車が日常的に見れるようになるのは1960年頃からのことではないでしょうか。高々60年ほど前のことなのです。電話が持ち運びできるようになって45年ほどの間に、超小型化、コンピュータ化し、ロボットが動き出し、AI(エーアイ/人工知能)の実用化が既に始まっています。今年は空を飛ぶ車を目にするのが現実化する可能性大です。このような時代の進歩の中で、私たちの生活は心身ともに本当に豊かになっているのでしょうか。確かに平均寿命は延びていますが、人口や子供の減少は、これからの世代に負担を強いることにもつながります。そのためにはまずは元気でいなければなりません。少しの運動とバランスよい食生活、感謝の気持ちと精神的なゆとりがあれば、大概のことは乗り切れる感じがしてなりません。