



ほけんだより



看護師 門川 留美

あじさいがきれいに咲く季節となりました。この時期は、急に寒くなる日があったり、肌寒い日があったりと、体調を崩しがちです。バランスの良い食事や睡眠をしっかりととり、元気に過ごしていきましょう。

5月は感染性胃腸炎が1名でした。



尿検査のお知らせ

6月4日が提出日です。

尿検査は、朝起きてすぐの尿を採ってください。

前日は、ジュース等、甘い物を多量に摂取しないようにしてください。



6/3

歯科検診



感染性胃腸炎



虫歯を予防するためには、やはり歯磨きが一番大切です。お子様が歯磨きをした後は、仕上げ磨きを行い、虫歯を予防しましょう。ご飯を食べるときは、しっかり噛んで食べる習慣をつけましょう。肥満予防となるだけでなく、唾液がたくさん出ることで口の中を洗い流し、虫歯を防いでくれる役割があります。



感染性胃腸炎は、ウイルスや細菌などが胃腸内に感染することで起こる疾患です。多くは、食品や汚染された水から感染しますが人やペットとの接触により感染することもあります。一般的に、夏は細菌が繁殖しやすいため細菌が多く冬はウイルス性が流行します。原因となるウイルスは、ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルス等ですが、中でも多いのがノロウイルスで、感染力も強く、特に注意が必要です。



6月の休日急患診療機関

6/7	日	たけしたこども医院(小) 51-0005(三股町)	宮永病院(内・胃・外) 22-2015(松元町)	大橋クリニック(内・消・リハ) 37-0539(庄内町)	まつもと心臓血管外科クリニック(循外・内) 36-8926(東町)	寺本整形外科医院(整) 22-1171(北原町)	北原医院(産・婦) 22-4133(北原町)
14	日	有馬医院(内・小) 23-2610(上長飯町)	すみクリニック(内) 36-7701(東町)	ホームクリニックみまた(内・呼) 52-1348(三股町)	山路医院(外・内) 64-3133(山田町)	小牧病院(整) 24-1212(立野町)	やの耳鼻咽喉科(耳鼻) 27-5222(吉尾町)
21	日	志々目医院(内・小) 57-2004(山之口町)	坂元医院(内・胃) 22-0360(牟田町)	佐々木医院(内) 62-1103(高崎町)	柳田病院(脳・外) 22-4862(東町)	きたむら皮膚科クリニック(皮・アレ) 38-7300(吉尾町)	丸田病院(産・婦) 23-7060(八幡町)
28	日	沖水こどもクリニック(小) 27-5656(太郎坊町)	ゆうクリニック(内) 46-6100(広原町)	瀬ノ口内科放射線科医院(内) 25-7780(都原町)	吉見クリニック(外・整・内) 58-5633(高城町)	酒井皮膚科医院(皮) 25-5322(北原町)	小山田眼科医院(眼) 22-0710(松元町)