

## 医科

日	月	火	水	木	金	土
1	2	医師研修にて休診	4	5 午前○ 午後×	6	7
8	9		11	12	13	14
15	16 訪問診療		18 訪問診療	19 午前○ 午後×	20	21 午前○ 午後×
22	23 訪問診療		25	26	27	28
29	30	31				

### お知らせ

当院は予約制です。初診の方・予約変更の方はあらかじめお電話いただいた上でお越しください。

※12/7は、医師都合により休診とさせていただきます。  
●発熱等の風邪症状で受診を希望される方は事前にお電話ください。

### 〈診療時間〉

午前 8:30~12:00 午後 1:30~5:00  
※午後1:30~2:30は往診時間とさせていただきます。  
※受付時間は、診療時間30分前にお願致します。  
※毎週木曜日午前中は検診・ドックの方が優先となります。

## 医科からのお知らせ

皆様インフルエンザとコロナの予防接種はお済みでしょうか。  
65歳以上の方で接種券をお持ちの方は期限が来年1月末となっております。接種希望の方は早目の予約をお願いします。また、接種当日に券をお忘れの方は全額負担となりますので、必ずご持参ください。  
★年末年始のお休みは12/28~1/5までとさせていただきます。

## 歯科

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7 午前○ 午後×
8	9	10	11	12	13 午後×	14
15	16	17 第3火曜	18	19 領家先生	20	21 午前○ 午後×
22	23	24	25	26	27 午後×	28
29	30	31				

### お知らせ

当院は予約制です。初診の方はご予約の上、お越しいただきますようお願いいたします。

●13日(金)、27日(金)の午後は都合により休診とさせていただきます。

●年末年始の診療について  
12月28日(土)~1月5日(日)は休診です。  
年末年始は大変込み合いますので、気になるところがある方は早めにご予約下さい。

※領家先生(鳥大歯科口腔外科名誉教授)診療日  
12月19日(木) 16時30分まで

## 歯科からのお知らせ

12月に入り、ますます寒くなってきましたね。  
歯や入れ歯の調子はいかがですか?  
痛くなくても、歯医者さんで定期的に歯のクリーニングや、入れ歯のケアをすることはとても大切です。  
入れ歯も、使用している間に着色や歯石、目に見えない細かい傷がついています。これらの汚れは、歯医者さんで専用の機械で磨いて綺麗することが出来ます。  
気になる方は、ぜひご相談ください。


この「ishitter（イシッター）」のコーナーでは、佐治診療所の医師たちが、そのとき、その季節にあった体や健康に関する住民の皆様を知ってほしい、気をつけてほしいことをお知らせいたします。



六番目の“し”をめざして

今月は肺炎球菌ワクチンについてお話しします。

肺炎は日本の死亡原因の第5位であり、成人の肺炎の2～3割は肺炎球菌という細菌により引き起こされるとの報告があります。肺炎球菌は、このほかにも、血液の中に細菌が回ってしまう敗血症（はいけつしょう）などの重い感染症の原因になることがあります。肺炎予防のためにできることのひとつに、予防接種があります。肺炎球菌ワクチンは、肺炎球菌による肺炎などの感染症を予防し、重症化を防ぎます。65歳以上の高齢者、基礎疾患（心筋梗塞、狭心症、肺気腫、糖尿病、腎臓病をお持ちの方、脾臓摘出された方など）には推奨されており、定期接種の制度もあります。

佐治診療所においても肺炎球菌ワクチンを取り扱っております。ワクチンに関して相談がある方は  医師、当院スタッフにお声がけください。


佐治町国民健康保険診療所 医科医長 三原 周

鍋料理が恋しい季節となりましたが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。今回は入れ歯のお手入れ方法についてお話しします。

①入れ歯は毎食後磨きましょう。入れ歯用ブラシで、入れ歯全体を磨いて下さい。入れ歯を落として壊さないように水を張った洗面器の上で磨きましょう。入れ歯用の薬剤以外は使用しないで下さい。歯磨き粉を使うと入れ歯が傷つきます。入れ歯は熱湯で消毒しないで下さい。60度以上のお湯に入れると変形します。

②入れ歯洗浄剤を使用しましょう。入れ歯用ケースに、入れ歯とぬるま湯を入れます。入れ歯洗浄剤を1錠入れ、発泡させます。できれば毎日行いましょう。

③就寝時について。歯ぐきを安静にするため、入れ歯は外して寝ましょう。入れ歯を乾燥させると変形します。外した入れ歯は、入れ歯用ケースで洗浄剤または水を入れて保管して下さい。

気をつけて手入れをしても、色素や歯石が沈着することがあります。この場合は専用の器具でな  いと落とすことができませんのでお気軽にご相談ください。

佐治町国民健康保険診療所 歯科医長 安藤 修二