

医科

日	月	火	水	木	金	土
	1	医師研修にて休診	3	4 午前○ 午後×	5	6 午前○ 午後×
7	8		10	11	12	13
14	15		17	18 午前○ 午後×	19	20 午前○ 午後×
21	22		24	25	26	27
28	29 昭和の日					

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。

●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~午後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分前をお願い致します。

※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

桜の季節になり、外での作業が忙しくなる季節になりました。気づかないうちに身体が水分不足になっています。暑くなる前に今から水分摂取を心がけてください。

歯科

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

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致します。

●15日（月）は都合により午後休診とさせていただきます。ご了承ください。

※領家先生（鳥大歯科口腔外科名誉教授）診療日
4月11日（木） 16時30分まで

歯科からのお知らせ

天気のいい日も増え、暖かくなってきましたね。お口の困りごとはありませんか？歯がしみる、むし歯が出来た、入れ歯が合わない、詰め物がとれた・・・など、気になる所がありましたら、お気軽にご相談ください。

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

本年度より佐治診療所に派遣されます、三原 周(みはらしゅう)と申します。これまで鳥取県庁からの派遣で、鳥取県立中央病院、智頭病院、鳥取大学医学部附属病院、名和診療所に勤務してまいりました。佐治診療所が住民の皆様にご信頼され、地域に貢献できる診療所として機能出来るよう頑張りたいと思います。まだ佐治診療所には不慣れではありますが、1日でも早く慣れて、住民の皆様のご健康を支えられるよう、診療に励んでいきたいと思っております。今後とも宜しくごお願い致します。

佐治町国民健康保険診療所 医科医長 三原 周

そろそろ桜の季節ですが、みなさんいかがお過ごしでしょうか。今回はデンタルフロスと歯間ブラシの使い方についてお話しします。口の中にはどうしても歯ブラシだけでは磨けない所があります。歯と歯が接したコンタクトポイントと、歯ブラシの毛先が入らなかったり当たりにくい歯の根元まわりです。コンタクトポイントの清掃は、単純にフロスを歯と歯の間に通せばOKです。歯の根元まわりを清掃するには、フロスならば、コンタクトポイントを通した後に根元まわりまでフロスをもっていき、歯肉の溝に少しだけ入れ込んでから、歯の根元から先端へと繰り返しフロスを動かします。歯間ブラシならば、歯と歯の間に押し込んだ後、歯の根元の表面にブラシの毛先が当たるように傾けて動かします。このとき歯と歯の間の歯肉を傷つけないように気をつけましょう。難しいと思われる方は歯科衛生士さんに使い方の指導を受け、チェックしてもらうのがおすすめです。



佐治町国民健康保険診療所 歯科医長 安藤 修二