

診療所だより 2023.8月号



虫歯は、甘いものの「量」よりも食べる「頻度や時間」が問題となります。飲食後のお口の中は、細菌の生み出す酸等により歯の成分が溶け出し（脱灰）、その後、時間をかけて唾液が成分を歯に戻していきます（再石灰化）。のど飴を絶えず舐めたり、ドリンクをちびちび飲む等、溶かす力が元に戻す力を上回る状態が長時間続くと、唾液が歯を修復する時間がとれないので、虫歯になりやすいのです。なお、野菜ジュースやスポーツドリンク等、ヘルシーなイメージの飲み物にも砂糖は入っているので注意して下さい。 歯科医 山本圭子

診療所よりお知らせ

4月より寿都診療所との協力体制により、金曜17時から、土曜、日曜の時間外救急、急患対応については、寿都診療所での対応となりました。

※事前に連絡の上お越しください。

寿都診療所（電話 0136-62-2411）

医 科（電話75-6100）				歯 科（電話75-6105）	
日	曜日	午前受付8:30～11:30	午後受付2:00～ 4:00	午前受付9:00～11:30	午後受付2:00～ 5:30
		午 前	午 後	午 前	午 後
1	火	伊黒	伊黒	診療	診療
2	水	森	森	診療	診療
3	木	森	森	診療	診療
4	金	森	森	診療	診療
5	土	時間外窓口対応は寿都診療所 ※詳しくは裏面をご覧ください		診療	休 診
6	日			休 診	
7	月	伊黒	伊黒	診療	診療
8	火	伊黒	伊黒	診療	診療
9	水	伊黒	伊黒	診療	診療
10	木	伊黒	伊黒	休 診	
11	祝	休 診(救急・急患対応)※島牧診療所対応			
12	土	時間外窓口対応は寿都診療所			
13	日	※詳しくは裏面をご覧ください			
14	月	休 診(救急・急患対応)※島牧診療所対応			
15	火				
16	水	森	森	診療	診療
17	木	森	森	診療	診療
18	金	森	森	診療	診療
19	土	時間外窓口対応は寿都診療所 ※詳しくは裏面をご覧ください		休 診	
20	日				
21	月	伊黒	伊黒	診療	診療
22	火	伊黒	伊黒	診療	診療
23	水	伊黒	伊黒	診療	診療
24	木	伊黒	伊黒	診療	診療
25	金	伊黒	伊黒	診療	診療
26	土	時間外窓口対応は寿都診療所 ※詳しくは裏面をご覧ください		診療	休 診
27	日				
28	月	伊黒	伊黒	休 診	
29	火	伊黒	伊黒		
30	水	森	森		
31	木	森	森		

※医師の都合により変更になる場合があります。

※医科については土、日、祝日、夜間は急病・救急のみ対応します。（電話75-6100）

※発熱の症状があるなど、新型コロナウイルスやインフルエンザの疑いがある場合、相談体制

を整備しておりますので、島牧診療所にまず電話で相談してください。（電話75-6100）

※発熱等で医療機関を受診する場合、連絡せずに、直接行くのは控えるようにしてください。

※8月14、15日は夏季休診といたします。

**金曜夜 17:00 から月曜朝 8:30の
時間外窓口・救急対応は**

寿都診療所での対応となります
寿都診療所へ事前連絡のうえ、
お越しく下さい

連絡先 寿都診療所 0136-62-2411

一部平日の夜間も寿都診療所が対応します

8月寿都診療所対応日程

カレンダーの○(まる)がついている日の時間外窓口は寿都診療所での対応日となります。

7月

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

平日 : 17:00 ~ 翌朝 8:30

8月 2日(水) 17:00 ~ 3日(木) 8:30
 3日(木) 17:00 ~ 4日(金) 8:30
 16日(水) 17:00 ~ 17日(木) 8:30
 17日(木) 17:00 ~ 18日(金) 8:30
 30日(水) 17:00 ~ 31日(木) 8:30
 31日(木) 17:00 ~ 9月 1日(金) 8:30

土日 : 金曜夜 17:00 ~ 月曜 朝 8:30

8月 4日(金) 17:00 ~ 7日(月) 8:30
 11日(金) 17:00 ~ 14日(月) 8:30
 18日(金) 17:00 ~ 21日(月) 8:30
 25日(金) 17:00 ~ 28日(月) 8:30