

診療所だより 2025. 9月号



誤った歯みがき習慣で歯茎が下がってしまうことがあります。歯ブラシを手のひらで握る方や歯ブラシを大きく動かす方は歯茎にかかる圧力が強くなりがちです。また歯と歯茎の境目はよごれがたまりやすいのですが、そこを磨くときブラシをぐりぐり押しつけないよう注意してください。以上のことをふまえ、歯ブラシは、握りしめずペンを持つよう指先で持つこと。毛先が曲がらない程度の力で小刻みに動かすようにして磨いてください。
歯科医 山本圭子

診療所よりお知らせ

診療体制の変更に伴い、変則的な診療となり休診日も増えております。診療日ご確認の上ご来院ください。不便をおかけしますがご了承の程よろしくお願いします。

診療所よりお知らせ

令和6年4月から寿都診療所との協力体制により、金曜17時から、土曜・日曜・祝祭日及び平日時間外の救急、急患対応は寿都診療所対応となっております。※事前に連絡のうえ受診ください。
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	午 前	午 後	午 前	午 後
1	月	休診	休診	診療	診療	診療	診療	診療	診療
2	火	休診	休診	診療	診療	診療	診療	診療	診療
3	水	休診	森	診療	診療	診療	診療	診療	診療
4	木	森	休診	診療	診療	診療	診療	診療	診療
5	金	森	休診	診療	診療	診療	診療	診療	診療
6	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	診療	診療	診療
7	日					休	診	休	診
8	月	森	森	診療	診療	診療	診療	診療	診療
9	火	森	森	診療	診療	診療	診療	診療	診療
10	水	森	森	診療	診療	診療	診療	診療	診療
11	木	森	森	診療	診療	診療	診療	診療	診療
12	金	森	森	診療	診療	診療	診療	診療	診療
13	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			
14	日								
15	祝								
16	火	休診	休診	診療	診療	診療	診療	診療	診療
17	水	休診	森	診療	診療	診療	診療	診療	診療
18	木	森	休診	診療	診療	診療	診療	診療	診療
19	金	森	休診	診療	診療	診療	診療	診療	診療
20	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	診療	診療	診療
21	日					休	診	休	診
22	月	森	森	診療	診療	診療	診療	診療	診療
23	祝	時間外窓口対応は寿都診療所				休 診			
24	水	森	森	診療	診療	診療	診療	診療	診療
25	木	森	森	診療	診療	診療	診療	診療	診療
26	金	森	森	診療	診療	診療	診療	診療	診療
27	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			
28	日								
29	月	休診	休診	診療	診療	診療	診療	診療	診療
30	火	休診	休診	診療	診療	診療	診療	診療	診療

※医師の都合により変更になる場合があります。

※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。

(裏面)

診療所からのお知らせ

土曜・日曜・祝祭日及び平日の 時間外救急・急患

については

寿都診療所での対応となります。

寿都診療所での当番日は次のとおりとなります。

寿都診療所（電話 0136-62-2411）

日	曜日	令和7年9月 寿都診療所当番表
1	月	寿都診療所対応（終日）
2	火	
3	水	寿都診療所対応（平日時間外 8:30~14:00 17:00~8:30）
4	木	寿都診療所対応（平日時間外 12:00~8:30）
5	金	寿都診療所対応（平日時間外 12:00~8:30）
6	土	寿都診療所対応（終日）
7	日	
8	月	寿都診療所対応（平日時間外 17:00~8:30）
9	火	
10	水	
11	木	
12	金	寿都診療所対応（終日）
13	土	
14	日	
15	月	
16	火	寿都診療所対応（平日時間外 8:30~14:00 17:00~8:30）
17	水	
18	木	寿都診療所対応（平日時間外 12:00~8:30）
19	金	寿都診療所対応（平日時間外 12:00~8:30）
20	土	寿都診療所対応（終日）
21	日	
22	月	寿都診療所対応（平日時間外 17:00~8:30）
23	火	寿都診療所対応（終日）
24	水	寿都診療所対応（平日時間外 17:00~8:30）
25	木	
26	金	
27	土	
28	日	寿都診療所対応（終日）
29	月	寿都診療所対応（終日）
30	火	