

# あいとう診療所便り

2025年3月号(第178号) 発行: あいとう診療所



☎ 0749-46-8030  
IP ☎ 050-5801-8030

(所長 横田 哲朗)



## 3月の予定

- ・ 整形外科 6日
- ・ 栄養相談 14日(予約制)



## 4月の予定

- ・ 整形外科 4、18日
- ・ 栄養相談 11日(予約制)



### 整形外科 診療曜日、診療時間変更のお知らせ

令和7年4月1日より整形外科の診療曜日、診療時間を変更させていただきます。ご迷惑をおかけしますが、ご了承くださいませようお願い致します。

変更前) 第1・第3 木曜日 9:00 ~ 11:00

変更後) 第1・第3 金曜日 9:15 ~ 11:30

東近江市あいとう診療所

## しあわせホーム(妹町)に参加してきました!

1月19日に妹町集落センターで開催されたしあわせホームに横田所長が参加しました。

「ヒートショックのメカニズムとその予防」のテーマで、

①ヒートショックとは ②ヒートショックが起こりやすい状況 ③ヒートショックになりやすい人 ④ヒートショックを予防するには、の内容でクイズ形式でお話ししました。質問コーナーではたくさんの鋭い質問をいただきました。

予定が合えば所長や職員が参加することができますので、出前講座をご希望の際は診療所まで気軽に連絡してください。

### 入浴中に溺れる事故を防ぐためには?

- ① 入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく
- ② 湯温は41度以下、お湯につかる時間は10分までを目安にする
- ③ 浴槽から急に立ち上がらない
- ④ 食後すぐの入浴や、飲酒后、医薬品服用後の入浴は避ける
- ⑤ お風呂に入る前に、同居する家族にひと声かける
- ⑥ 家族は入浴中の高齢者の動向に注意する

予約・お問い合わせ

東近江市 あいとう診療所

☎ 0749-46-8030

IP ☎ 050-5801-8030