

2026年8月

安代診療所だより 8月

マイナンバーカードで受付しましょう

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
2 休診	3 宮田所長 午後休診	4 佐藤医師 午後休診	5 長嶺医師 午後休診	6 宮田所長 午後休診	7 長嶺医師 午後休診	1/8 休診
9 休診	10 宮田所長 午後休診	11 山の日 休診	12 長嶺医師 午後休診	13 県中医師 午後休診	14 休診	15 休診
16 休診	17 宮田所長 午後休診	18 佐藤医師 午後休診	19 長嶺医師 午後休診	20 宮田所長 午後休診	21 長嶺医師 午後休診	22 休診
23 休診	24 宮田所長 午後休診	25 佐藤医師 午後休診	26 長嶺医師 午後休診	27 宮田所長 午後休診	28 長嶺医師 午後休診	29 休診
30 休診	31 宮田所長 午後休診	9/1 佐藤医師 午後休診	2 長嶺医師 午後休診	3 宮田所長 午後休診	4 長嶺医師 午後休診	5 休診

～お知らせ～

・8月は、14日(金)から16日(日)まで、休診となります。

お薬を確認し、早めに準備しましょう。



診療受付時間 午前 8:30～11:30

予約している方を優先して、診療をしています。

診察を希望される方は、電話等でご連絡くださると空いている時間をご案内いたします。

風邪症状のある方は、電話連絡をしてから受診くださるようお願いいたします。

電話 72-3115

熱中症予防のために

暑さをさけ、室内でも、外出時でも、のどに渴きを感じていなくても、こまめに水分、塩分などを補給しましょう。

○熱中症の症状 ・めまい ・立ちくらみ ・生あくび ・筋肉痛
・筋肉のこむらがえり ・大量の発汗

☆症状が進むと ☆頭痛 ☆嘔吐 ☆倦怠感 ☆虚脱感
☆集中力の低下 ☆判断力の低下

<<主な応急処置>>

- ・室内や風通しの良い日陰など涼しいところへ避難。
- ・衣服をゆるめ体を冷やす（首回り、わきの下、足の付け根）
- ・水分、塩分、経口補水液などを補給