

真生会富山病院 耳鼻科医師出番表 11月

	月	火	水	木	金	土
						1
午前						加藤 徳永
夕方						
	3	4	5	6	7	8
午前	休診	三輪	阿河 佐藤	真鍋 徳永	酒井	小山 徳永
夕方	休診	休診	休診	休診	真鍋 坪田	
	10	11	12	13	14	15
午前	真鍋 徳永 佐藤	三輪	阿河 佐藤	真鍋 徳永	酒井	加藤 徳永
夕方	真鍋 徳永 佐藤	休診	休診	休診	真鍋 坪田 伏木	
	17	18	19	20	21	22
午前	真鍋 徳永 佐藤	三輪	阿河 佐藤	真鍋 徳永	酒井	徳永 加藤
夕方	真鍋 徳永 佐藤	休診	休診	休診	真鍋 坪田	
	24	25	26	27	28	29
午前	休診	三輪	真鍋 阿河	徳永 佐藤	酒井	加藤 徳永
夕方	休診	休診	休診	休診	真鍋 酒井	

土曜日の下線部は佐藤医師が助手で入ります。

<診察時間>

午前 8時50分から11時30分まで

夕方 16時30分から18時30分まで

<今月のお知らせ>

風邪の季節がやって来ました。以下の予防法を参考にしてください。

- ・十分な睡眠。眠ると風邪の免疫力を高めるリンパ球が増えます。
- ・バランスの取れた温かい食事。大根、白菜等の白い野菜は免疫力を高めます。
- ・手洗いとうがいは基本です。
- ・部屋の温度は20～25℃、湿度は50～60%。(ウイルスは高温多湿に弱く、乾燥した空気はウイルスが繁殖しやすい。暖房時は必ず加湿を。)