

彦根中央 リハビリぽすと

令和 2 年 11 月 号

〒522-0054 彦根市西今町 369-1

Tel 0749-22-7005 Fax 21-3981

<http://www.hikone-rehacl.com/>

受付から

もう霜月ですよ！

11月といえば、紅葉シーズンで秋の印象が強い季節ですが、少しずつ冬の気配を感じ始める頃です。この頃訪れる季節の節目が『立冬』で、江戸時代の暦便覧によると「冬の気立ち始めて いよいよ冷ゆれば也」これから冬らしく寒くなってくるよとの意味だそうです。

最近では季節や祭日以外にも、〇〇の日と沢山の記念日が毎日のようにあります。この記念ですが、日本記念日協会という団体で登録することが出来るそうです。登録すると、登録証が貰えたり、協会のホームページに載ったりするそうです。季節に合わせた記念日やゴロ合わせで出来た記念日など調べてみると面白いかもしれませんね。

健康コラム

気温差や乾燥にご注意を

気温が下がり、空気が乾燥してきて、くしゃみや鼻水、咳等の症状がみられる風邪をひく人が増え始める季節です。風邪の多くはウイルス感染によって人から人へうつります。風邪をひきおこすウイルスは200種類以上もあり、感染するウイルスの種類や型が異なるたびに風邪をひくことも少なくありません。風邪予防にはウイルスにさらされないこと、ウイルスに負けない抵抗力をつけることが大切です。「こまめに手洗いをする」「マスクを着用する」「症状の出ている人に近づかない」「しっかり睡眠をとる」「適度に運動する」「十分な栄養をとる」ことが必要です。規則正しい生活が大切ということですね♪

とびっくす

インフルエンザ予防接種

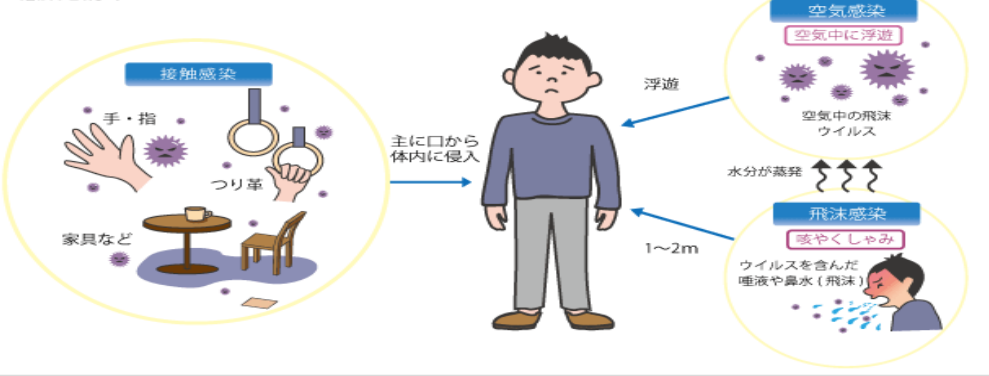
《完全予約制》

対象者：成人・高齢者

お待たせいたしました。今年も、インフルエンザの予防接種を致します。お問合せは当院受付までお申し付け下さい。（ワクチンに限りがあるため、ご希望に添えない場合がございますのでご了承下さい。）



- 感染を防ぐ -



診察医のご案内

	月	火	水	木	金	土
午前	吉田	新庄	吉田	×	吉田	新庄
午後	吉田	新庄	×	×	吉田	新庄
午前診察	9:00~12:00		休診日：木曜・日曜・祭日			
午後診察	4:30~6:30					

ご連絡

感染防止の3つの基本

- ① 身体的距離の確保
- ② マスクの着用
- ③ 手洗い

インフル、コロナにかからないようにしましょう

