



奈義ファミリークリニック ファミクリ便り

2022 Nov.

令和4年11月1日発行 第206号

社会医療法人清風會奈義ファミリークリニック 発行責任者:松下 明



防災のお話

クリニックでは毎年、防災訓練を行っています。今年は10月に机上訓練を実施し、11月には実施訓練を予定しています。先月の机上訓練で学んだ事を少しお話させていただきます。



わが国では、1年間に約3万5000件の火災が発生しています。

1日におよそ95件以上もの火災が全国各地どこかで発生しているという現実なのです。火災はいつ、どこで、思いもよらない原因により発生するかわかりません。火災の多くは放火や人の不注意によって発生し火災の発見の遅れや、初期消火の対応のまずさ、さらには防火設備の不備などにより、被害をより大きくしています。

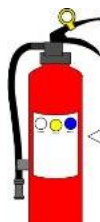


今回の机上訓練の中では、火災発生時に、だれがどういった行動をとるべきか、図面の中でシミュレーションをしました。

また、**避難経路の確認、消火器の位置や非常ベルの位置**など実際に回って確認しました。日頃見ている風景ですが、いざとなるとどこにあったかなといったような感じでした。やはり、訓練は必要ですね。



また、ご家庭にある **消火器** についてですが、種類があるのをご存じですか。表示によって消火できる火災種別が表示されています。一度自宅にある消火器の期限や種類など確認してみてください。また使い方についても、火を前にすると慌てて使い方がわからなくなってしまうため、操作要領を体験して、いざという時に誰でも使えるようにしておきましょう。



普通火災 (A火災)	油火災 (B火災)	電気火災 (C火災)
木材、紙、繊維などが燃える火災	石油類その他の油類などが燃える火災	電気設備などの火災
		
普通火災用	油火災用	電気火災用



来月は、実施訓練です。本番さながらの訓練。皆様の安全を守れるように取り組みます！！

ラジオ
出演

毎週金曜日 AM8:10~8:20
「おはようファミリドクター」

FM津山 (78.0 MHz) の朝の情報番組
「グッドモーニング!つやま」にて
生放送で皆さまからの質問にお答えしています!



認知症カフェ「オレンジカフェ山桃」のご案内

月1回カフェ山桃さんをお借りして、コーヒーを飲みながら認知症について学び、みんなで話をする集まりです。どなたでもご参加いただけますので、ぜひいらしてください。



※当日参加もOKですが、コーヒーとケーキの準備、また感染状況等により変更や中止の可能性もありますので、事前に**地域包括支援センター(☎36-4119)**へご連絡ください。

※マスク着用の上、どうぞお気軽にご参加ください。

今後の日程: 11月4日(金)、12月2日(金) 時間: 14:00-15:30 費用: 500円 コーヒー・ケーキ付 場所: カフェ山桃

※毎月第一金曜日を予定しています。



来院されるすべての皆様へ

クリニック内では**マスクの着用**と、
受付時に**検温**をお願いしています。
必ずマスクをご持参ください。

発熱、風邪症状のある方へ (咳・鼻水・下痢・咽頭痛など)

院内には入らず、まずはお電話をください。

☎ 0868-36-3012

※携帯電話をお持ちでない方
直接受付へ、順番を待たずにお声かけ下さい。

11月の診療情報

11/3(木)・11/23(水)は祝日のため休診です

【午前】受付時間- 8:30~11:30 (診察開始時間:9:00)

【午後】受付時間- 15:30~17:30 (診察開始時間:16:00)

※朝の開錠時間は 8:30、午前の受付は 11:30まで となりますのでご注意ください。

※木曜・土曜の午後は休診
夜間、木曜・土曜午後、日曜祝日は
日本原病院へご相談下さい。

今月の担当医

*変更になることもあります

	月	火	水	木	金	土
午前	松下 濱上 村田 杉山	濱上 横田	松下 濱上 村田 横田	濱上 村田 横田	村田 横田 <small>※予約診療は隔週 田中/横田</small>	交代制※
午後	濱上/田中 村田	濱上/横田 川口	村田 横田 杉山	休診	松下 <small>※隔週</small> 濱上 横田	休診

- ❖ オレンジ色の医師は予約を受けておりません。
- ❖ 松下医師の診療は完全予約制です。
- ❖ 松下医師の金曜午後の診療は隔週となります。
※11月は11日(金)、25日(金)が診療日
- ❖ 濱上医師と田中医師の月曜午後の診療は隔週です。
※11月は7・14・28日は濱上、21日(㊟)が田中の診療日
- ❖ 濱上医師と横田医師の火曜午後の診療は隔週です。
※11月は1・15日は横田、8・22日は濱上の診療日
- ❖ 田中医師の金曜午前の診療は隔週です。
※11月は4日・18日が診療日
- ❖ 横田医師の金曜午前の予約診療は隔週です。
※11月は4・18日が予約診療、11・25日は予約なし

土曜日の担当医

*変更になることもあります

11月5日(土)	松下・横田
11月12日(土)	濱上・川口
11月19日(土)	濱上・杉山
11月26日(土)	田中・横田

予防接種・乳幼児健診外来

月・火・水・金 14:40~ ※要予約



栄養指導

毎月第2火曜、第2土曜 ※要予約

日本原病院栄養士による栄養指導を当院にて行っています。ご希望の方はお気軽にお尋ねください。

コロナワクチン奈義町集団接種

場所: 奈義町保健相談センター 開始時間: 13:00

11/5(土)・11/12(土)

日本原病院 からのお知らせ

日本原病院 耳鼻科(東川 康彦 医師)



令和 4 年 11 月 12 日 (土) 午前中
令和 4 年 11 月 26 日 (土) 午前中

※順番を取りに行く場合は

午前8時から11時まで受付

※電話で順番を取る場合は

☎0868-36-3311

午前8時30分から11時まで受付

日本原病院 眼科(皆川 香織 医師)



要予約

※診療前日(診療時間内)までに、受付窓口 又は
お電話(☎0868-36-3311)にて予約可能です。

受付時間	診療時間	火	金
10:00 ~11:30	10:30 ~12:00	○	第2・4 金曜日のみ
14:30 ~17:30	15:00 ~18:00	○	第2・4 金曜日のみ