



# ゆのこう通信 5月号

25年5月1日

少しずつ暑くなってきましたが、体調をくずされたりされていないでしょうか？

夏ほど暑くはないのですが、この時期軽い脱水症に要注意です。

まだ大丈夫と安心せずに、こまめに水分を取るよう心がけてください。

いま飲んだ水分は、体に染み渡るのに40分かかるといわれています。

5分おきに1口飲む！！をこころがけてみてください。

みなさんはじめまして！

大門（おおかど）と申します。

皆さんのお役に立てるよう、

一生懸命がんばりますので、

どうぞよろしく申し上げます。



尼崎から来ました玉井です。美作は

山がきれいですね。毛のはえた動物と

やわらかい果物が好きです。ほぼ毎日

クリニックにいますのでよろしく

申し上げます。



新しく仲間入りしました。

よろしく申し上げます。

5月18日の診療は医師研修のため

お休みさせていただきます。