



News Letter 7月号

お知らせ

・グラフィサンプロテクトuv (日焼け止め。SPF40,PA+++) 1,980円 (税込)

敏感な肌へのやさしさを追求した、低刺激性の日焼け止めを販売しております。肌に優しい成分で、伸びがよく、白浮きもせず、乳液のように負担が少ないため、お子様の使用にも最適です！※**医療機関でのみ取り扱い**のある日焼け止めです。

・手汗・わき汗の治療 (保険診療)

当院でわき汗や手汗の治療が可能です。お悩みの方は一度当院にご相談ください。

・8月休診のお知らせ

夏季休診 **8月22日(土)～26日(水)**

ご不便をおかけしますが、何卒よろしくおねがいします。

※7月は通常通り診療を行っております。



コラム

～ 熱中症～

今年も暑い季節、熱中症の季節が始まりました。熱中症とは**高い気温の下で起きる全身の障害**を総称したもので、人間の体温調節と深い関係があります。体温よりも気温が低い場合は、肌から空気へ熱を放散し、体温の上昇を抑えることができます。また、湿度が低ければ発汗することで熱が体の外へ逃げ、体温をコントロールすることができます。しかし、**気温が高く、さらに湿度が上昇**した環境では、これらの機構がうまく働かず、熱中症になってしまいます。

気温や湿度が高い環境のなかで、立ちくらみ、筋肉のこむら返り、体に力が入らない、ぐったりする、体が熱いなどの症状がみられたときには、すぐに熱中症が疑われます。**涼しい場所に避難し、ベルトやネクタイ、下着を緩め**、体から熱を出すようにします。**体に冷水をかけてうちわや扇風機であおぎ体を冷やしたり**、氷のうがあれば首や両脇、足の付け根などに当てましょう。話しかけても**反応が鈍い、言動がおかしい、意識がはっきりしない**といった症状がある時は、**すぐに救急車**を呼びましょう。自分では熱中症と気づかないことがあります。家族や周囲の人が異変を感じたら、すぐに声をかけてあげましょう。予防としては、外出時直射日光を避け**日陰を選ぶ**、**家の中ではエアコン**で適切な温度調節を行う、**こまめに水分摂取**を行うことなどが大切です。暑い日にはペットボトルを携帯し、のどが渴いたと感じる前に少しずつ水分補給をしましょう。

2026年7月

診療時間

午前：9：00～12：30※土曜は午前のみ
午後：15：00～18：30※休診：水、日、祝



Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
28	29	30	1 休診	2	3	4
5 休診	6	7	8 休診	9	10	11
1 休診	13	14	15 休診	16	17	18
1 休診	休診	21	22 休診	23	24	25
2 休診	27	28	29 休診	30	31	1