



# 診療所だより ～やまゆりの風～

新年あけましておめでとうございます。本年もやまゆりクリニックをよろしくお祈りします。  
今月のテーマは「手洗い」です。風邪や食中毒、ウイルスの感染を予防するための手洗いのポイントを紹介していきます。

## ◎手洗いのタイミング

食事の前、トイレの後、室内に入ったとき など

## ◎手洗いのポイント

- ①しっかりと石けん液を泡立てること。泡立てることで手全体のしわなどに石けん液がいきわたります。
- ②正しい手洗いを行うと30秒かかります。30秒の手洗いを身につけるために、タイマーを使って実施してみる方法もあります。
- ③2回手洗いを実施することで、ウイルスの除去効果が高くなります。特に冬場のウイルス流行時は、2回手洗いの実施をおすすめします。

### 正しい手洗い方法



## 年末年始の休診のおしらせ

12月29日（土）から1月6日（日）まで

※1月4日（金）のみ9時から15時まで臨時診療日となります。

※デマンドバスを利用してご来院いただくと便利です。

ご予約は山崎ハイヤー（☎47-2217）まで。

福島町国民健康保険診療所 

# やまゆりクリニック

◎内科・消化器内科・小児科／院長 光銭健三

### 診療案内

診療時間	月	火	水	木	金	土
午前 8:30～11:45	●	●	●	●	●	▲
午後 1:00～5:00	●	●	●	訪問診療	●	-

※受付は、診療時間終了の30分前までです。

木曜日は12時まで診療  
▲第2・4土曜日のみ診療

■お問い合わせ先  
福島町字福島139番地1  
☎(0139) 47-3101