



佐野市民病院だより



佐野市民病院 ☎(62)5111

ヒートショック・冬のお風呂場に要注意

寒い季節、お風呂で温まりたい気持ちが強くなります。入浴の際、暖かい部屋から寒い洗面所へ移動し、いきなり熱いお湯につかっ

てはいませんか？
室温が急激に変化すると、血圧も大きく変動します。体に負担がかかり、脳卒中や心臓疾患を引き起こす場合もあります。

中高年、高血圧の方は特に注意が必要です。

<ヒートショック対策>

- ・脱衣所・お風呂場を事前に暖めよう！
- ・入浴30分前に水分補給を！
- ・バスローブを使用しよう！

市民講座開催「もっと知りたい 漢方薬の話」

あなたが服用している漢方薬の原料（薬用植物）を見たことがありますか？そしてその性能と作用をご存じですか？生薬を展示してわかりやすくお話しします。

▶日時 2月21日(木)午後4時～5時

▶会場 市民病院A棟5階研修室

▶講師 小野正弘さん
(薬剤師、当院地域医療連携室顧問)

▶定員 先着40人(無料)

■申込 2月20日(水)までに、
直接または電話で、
地域医療連携室☎(62)9024へ

●○外来診療案内○●

■診療科目 内科／循環器内科／呼吸器内科／消化器内科／消化器外科／外科／脳神経外科／
麻酔科／小児科／婦人科／眼科／皮膚科／泌尿器科／耳鼻咽喉科／リハビリテーション科／
整形外科／放射線科

■休診日 第2・4土曜日／日曜日／祝日(第1・3・5土曜日は午前中のみ診療)

■診療科目 事前に電話☎(62)5111へお問い合わせください



地域子育て支援センター情報



地域子育て支援センターは、地域の子育て家庭の育児を手助けし応援しています。0歳のお子さんから利用できます。予約の必要はありません。お気軽に遊びにきてください。また、子育て相談も随時受け付けています。 ※インフルエンザなどの流行の際は、お休みすることがあります

ぴよぴよルームくずう(くずう保育園内) ☎(85)3456 ぴよぴよルームたぬま(たぬま保育園内) ☎(62)7041

○●ぴよぴよルーム○●

▶利用時間 月～金曜日 午前10時～午後4時
(お弁当を持ってくると1日遊べます)

	くずう	たぬま	内容
3月	1日(金)	14日(木)	保健師の話 「集団生活に入る前に」
	15日(金)	19日(火)	リトミック

○●ぴよぴよ出張広場○●

○●お庭で遊ぼう○●

○●すくすく広場○●

※いずれも3月はお休みです

地域子育て支援センターは次の施設でも実施しています。
風の子保育園☎(24)2235 大栗保育園☎(20)5255
認定こども園あかみ幼稚園☎(25)3608

地域子育て支援まちながプラザ「ゆめほけっと」☎(27)0224 休館日：木曜日、祝日、第3土・日曜日

佐野駅前交流プラザ「ばるぽーと」2階にある遊びの広場です(飲食自由)。

一時預かり保育も行っています。

▶利用時間 午前9時～午後5時

	講習会	乳幼児親子教室
3月	「さのつこと歌おう」 5日(火)午前10時30分～ 講師：さのつこ	「お店屋さんごっこ」 27日(水) 午前10時30分～
	誕生会 19日(火) 午前10時30分～	看護師さんの相談日 8日(金) 午前10時～正午

