



熱中症対策にはスポーツ・ドリンクや経口補水液による対策が有効です。  
小高病院前の自動販売機では、ポカリスエットとOS - 1を取り扱っています。

## そろそろ熱中症のシーズンです！！

6 月に入ると、急に気温が上がり、湿度も上がってきます。湿度が上がると皮膚からの気化熱も発生しにくく、体に熱がこもって、熱中症になる場合があります。適切な水分補給、塩分補給を心がけましょう。

編集・発行 南相馬市立小高病院  
〒979-2121  
南相馬市小高区東町三丁目 8 番地  
電話 0244-44-2025

## 平成28年診療予定表

### 6月

	日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3	4
午前				高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後					休診		
	5	6	7	8	9	10	11
午前		藤井宏二	中尾成利	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後					今野 明		
	12	13	14	15	16	17	18
午前		藤井宏二	中尾成利	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後					休診		
	19	20	21	22	23	24	25
午前		藤井宏二	中尾成利	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後					今野 明		
	26	27	28	29	30		
午前		藤井宏二	中尾成利	高橋哲之助	藤井宏二		
午後			休診		今野 明		

### 7月

	日	月	火	水	木	金	土
						1	2
午前						藤井宏二	
午後							
	3	4	5	6	7	8	9
午前		藤井宏二	中尾成利	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後			休診		今野 明		
	10	11	12	13	14	15	16
午前		藤井宏二	中尾成利	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後					今野 明		
	17	18	19	20	21	22	23
午前		海の日	中尾成利	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後					休診		
	24/31	25	26	27	28	29	30
午前		藤井宏二	中尾成利	高橋哲之助	藤井宏二	藤井宏二	
午後			休診		今野 明		