



# 4月の平日夜間・休日診療のご案内

●平日夜間診療・休日診療のお問合せは、下記へお尋ねください。

**海部南部消防署** ☎52-0119

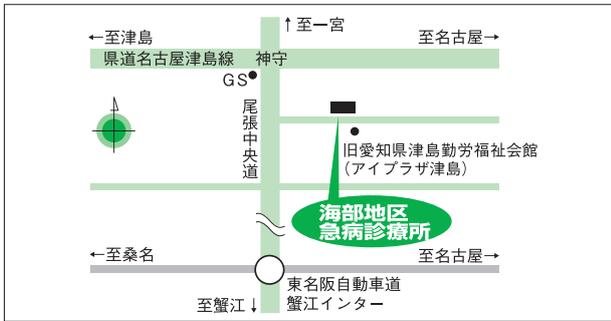
**救急医療情報センター** ☎26-1133

**海部地区急病診療所** ☎25-5210

## 海部地区急病診療所 津島市義原町字郷西37

診療科目	診療日	受付時間
内科 小児科	土曜	午後6時～8時30分
	日曜 祝日・休日	午前9時～11時30分 午後1時～4時30分 午後6時～8時30分
	上記以外の月曜～金曜	午後8時30分～11時
歯科	日曜 祝日・休日	午前9時～11時30分 午後2時～4時30分

ホームページ <http://amaq.sakura.ne.jp>



病状等のお問合せは、受付時間内に直接お電話してください。

## くすり安心電話

- 内容 くすり、医療用品等に関する緊急の相談、質問、問合せ
- 電話番号 090-2136-3858
- 対応時間 午後9時～深夜0時

休日の診療は以下のとおりです。  
〈外科〉は、海部郡・津島市・愛西市・弥富市・あま市内の在宅当番医による輪番制で行っています。  
〈内科〉は、海部地区急病診療所で行っています。

## 週末の担当病院です

**休日診療〈外科〉** 午後5時以降は消防署へお尋ねください。専門外の患者さんは、お断りする場合があります。

◆診療時間 日曜・祝日 午前9時～午後5時

7(日)	彦坂外科	25-8355	津島市
14(日)	後藤整形外科	25-5511	津島市
21(日)	はせ川外科	24-3370	津島市
28(日)	つつみ整形外科クリニック	97-0223	蟹江町
29(月・祝)	脳神経外科のぞみクリニック	052-443-5533	あま市
30(火・休)	こじま整形外科	25-9911	愛西市

## 5月

1(水・祝)	奥村クリニック	22-2600	津島市
2(木・休)	小西整形外科	052-875-7178	あま市
3(金・祝)	服部整形外科皮膚科	65-1200	弥富市
4(土・祝)	森整形外科クリニック	052-445-5050	あま市
5(日・祝)	もりや整形外科	052-445-3711	あま市
6(月・振休)	小林クリニック	052-444-4500	あま市

## 無線放送内容を確認できる音声自動応答サービスについて

同報無線で放送した内容は、次の番号へお電話いただくことで確認できます。聞き逃したとき、聞き取りにくかったときなどにご活用ください。

☎52-1451

※通話料金が掛かります。  
※混み合っている場合には通話中となる場合があります。

## 災害用伝言ダイヤル171を知っておきましょう

●「171」をダイヤルし、利用ガイダンスにしたがって伝言の録音・再生をしてください。



この他、歯の再石灰化を促す「フッ素」を配合した歯みがき剤や、むし歯リスクが高まる就寝中の細菌増殖を抑えるデンタルリンス等を、日々のセルフケアに活用するのも良い方法です。

適切なセルフケアは、歯並びやお口の状態によってそれぞれ異なります。歯科医院での指導に基づいた自分に合った歯みがき習慣で、大切な歯を守りましょう。

(海部歯科医師会)

デンタルフロスや歯間ブラシは、歯間の歯垢を効率的に落とせる道具です。予防歯科先進国として知られるスウェーデンでは、2人に1人が普段から使っているそうで、ブラッシングの後に使うと、歯垢除去率は1.5倍にも高まります。一方ワンタフトブラシは、みがき残しが気になるところにピンポイントで毛先が届くのがメリットです。

また、歯ブラシは毛先が広がると歯垢除去率が低下してしまいます。1か月に1本を目安に歯ブラシ交換しましょう。

歯間や歯並びが悪いところなど歯ブラシが届きにくいところについた歯垢を落とすには、「デンタルフロス」「歯間ブラシ」や「ワンタフトブラシ」といった用具を習慣的に活用するのがおすすめです。

「自分の歯みがきに自信がある」という人中でも、実際にしつかりみがけている人は約2割しかいません。歯みがきの意識と現実には大きなギャップがあり、その要因には、ブラッシング方法が間違っている、自分の口腔内の状態に適したケアができていない、みがき癖により効果的に歯垢を落とせないなどが挙げられます。「みがいたつもり」にならないよう丁寧にケアしてください。

### 「自分に合ったケア」できていますか?

# 歯の健康講座

その440