2026年10月15日発行　第125号

「地域のかかりつけ医　まるき内科クリニック」

“薬師かわら版”



〒989-5625　栗原市志波姫堀口十文字1-1　TEL0228-24-8073　発行者　院長　鈴木　慎二

待合室



待合室コーナーは、糖尿病の予防や改善に向けた情報をお伝えします。

アルコール消毒の効果とは？正しい使い方を紹介

さまざまな店舗や施設の出入り口に、多く見かけるアルコール消毒剤。一部の細菌やウイルスに対してはアルコールの殺菌効果が低いことが知られています。過信せず、水で手を洗い流すことも大切です。

＜アルコール消毒の効果が高いウイルス感染症＞

新型コロナウイルス感染症、インフルエンザ、はしか、風疹、おたふくなど。

＜アルコールが効きにくいウイルス感染症＞

ノロウイルス性胃腸炎、ロタウイルス性胃腸炎、アデノウイルス感染症、手足口病など。

＜正しい手指消毒、手洗いの方法＞



○十分な量の消毒液を使用します。手のひらからあふれるくらいの量が適切です。

○手のひらだけではなく、手の甲、指先、爪の間、指の間、親指、手首にもしっかりと消毒液をすり込みます。

○乾くまでこすります。

白衣の天使



11月8日の「いい歯の日」は、歯と口の健康を見直すための記念日です。痛みがなくても、歯科医院で定期的に健診やクリーニングを受けることで、虫歯や歯周病を早期に防ぐことができます。

掲示板

●11月7日（土）は、休診となります。

●インフルエンザワクチン、新型コロナワクチンの接種を開始しています。受付時間など詳しいお知らせについては、ホームページをご覧下さい。

