

「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。

## 冬場の“被災 防寒”備えを 寝床や車内 衣類など身近に

もし冬場に地震が起きれば、建物の倒壊や津波に加え、寒さが命取りになりかねません。

2011年3月に発生した東日本大震災の被災地では、低体温症で亡くなる人も少なくなかったのです。

新型コロナウイルスへの警戒が続く中、避難所では換気の徹底が求められることもあり、一層の防寒対策が必要です。

日頃から肌着やダウンジャケットなどをすぐに持ち出せるように準備しておきましょう。



## 年末年始の過ごし方について

栗原市内でも新型コロナウイルスの感染者が増えてきています。

不要不急の外出を控える、密を避ける、マスク手洗いの徹底など、今一度感染対策を意識していきましょう。

今年はコロナ禍で忘年会・新年会などを自粛される方も多いと思います。自宅でも食事に気を付け、適度に運動して年末年始を乗り切りましょう！！



## 掲示板

年末・年始診療時間変更のお知らせ

・12月28日(月)午後～1月3日(日) 休診  
令和3年1月4日(月)から通常診療です。

ご迷惑をおかけしますが、よろしくお願いいたします。

注意！

インフルエンザワクチンの助成期間は  
令和3年1月30日までです！  
(15歳未満は3月31日まで)

