

みやはら耳鼻科通信

発行/ 医療法人 南輝 〒702-8034 岡山市南区福浜西町6番 17号 ☎086-237-4133

初めての方でも順番予約できます！

「みやはらブログ」も日々更新中！

朝8時から診療しています。

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
8:00-12:30	●	●	●	/	●	●	/
15:00-18:30	●	●	●	/	●	/	/

インフルエンザの予防接種をしています

予約不要！お一人 3000 円 3才以上のみ 今年はワクチンが品薄です。お早目に！

土曜日の診察が「2 診体制」になります

いよいよ肌寒くなり、耳鼻科のクリニックが混雑する季節がやってまいりました。特に土曜日は半日で平日一日分の患者さんが来院されるので、数時間待ちの状況が出現したりしていました。これは「ていねいでお待たせしない」をモットーにしている本院としてはなんとかしても改善したいといろいろ対策を考えていましたが、根本的な対策として土曜日の診察を「2 診体制」にすることにしました！初めての方やお久しぶりの方は 1 診の宮原が診察し、「先週受診してのどの痛みがひいてきたんだけど、もう一息なんです」とか「秋の花粉症が出てきました・・・」など、「症状軽いけど早く診察を受けたい」みたいな患者さんを 2 診



のドクターが担当（もちろん宮原の診察の希望があれば宮原が担当させていただきます）する形で、より「ていねいでお待たせしない」診療に近づけるのではないかと考えております。

土曜日に来院の皆さま、是非ご期待ください♪

当院のインフルエンザの予防接種のメリット！

耳鼻科の診察も一緒に受けれます。

「耳あかが気になる・・・」「鼻水が出ている・・・」

そんな方は予防接種の時に一緒に治療が受けれます！

耳や鼻やのどでお困りのことがあれば一緒に悩みを解決してしまいましょう！

おススメのお店♪

皆さま、涼しくなってきた、食欲の秋ですね♪

ワタクシは日本酒、焼酎、ワイン、ウィスキー、とりあえずウオッカ以外は（なんかアルコール度数高すぎてヤバそうなので避けてしまう・・・）大好きで、おいしいアテと日本酒とかサイコーです。

そんな呑兵衛（のんべえ）の方にお勧めが、「酒亭 間（あわい）」ここは料理がおいしいのはもちろん、大将の日本酒の目利きがこれまた素晴らしいのです（詳しくは2017年10月6日の「みやはらブログ」参照のこと）。カウンターだけのお店でご夫婦でされています。

気をつけたいのは午後7時までに入店して料理の注文をすること。大将一人で調理しているので、どっとお客さんが来る7時を回る前に注文をしてしまうのがミソです。

皆さん、是非お試しあれ^^

酒亭 間

Tel:086-239-1389

住所：岡山市北区表町1丁目11-14

営業時間：18:00~22:30

定休日：火曜



雑誌の楽なしばり方♪

雑誌をひもでしばるの、めんどくさい。そう思っている方はおられませんか？

ほどけたらうっとおしい。で、雑誌を縛るのに力もいらずほどけない、楽ちんテクをご紹介。この方法ならキュッとしめると十字にひもをクロスさせなくてもしっかりと締ります。まずは写真の指さした輪っかが一番上になるように輪っかを重ねます。



そして雑誌を輪っかに通し、キュッとしばる！これでできあがり♪

これ、便利なんですけど、少年ジャンプみたいな腰のある雑誌限定です。雑紙をこれでやるといきなりダンゴムシに変身しますので、ご注意あれ～。

睡眠時無呼吸症候群



この病気のコワイところ

- ・寝不足からの病気（高血圧や心臓病）や**注意力低下**による**交通事故**を起こしやすいです。

当院の検査や治療のメリット

- ・**自宅で検査や治療が可能**です。病院へ通院する必要はありません。
- ・治療開始後、**すぐに**病気の改善が可能！