

※都合により変更となる場合がございますので、当日の新聞でご確認下さい。



発行元：(株)マルカツ吉田新聞店
 釧路市鳥取大通8-1-5 0154-51-2773

◇平日夜間救急病院

		準夜間・深夜帯 外科系(18:00~9:00)	準夜間・深夜帯 内科系(19:00~6:30)
1日	火	日赤病院 新栄21 (22-7171)	釧路市夜間急病センター 住吉2 (44-6776)
2日	水	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	
3日	木	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	
4日	金	日赤病院 新栄21 (22-7171)	
7日	月	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	
8日	火	東北北海道病院 若竹町7 (23-3425)	
9日	水	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	
10日	木	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	
14日	月	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	
15日	火	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	
16日	水	日赤病院 新栄21 (22-7171)	
17日	木	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	
18日	金	釧路協立病院 治水3 (24-6811)	
21日	月	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	
22日	火	東北北海道病院 若竹町7 (23-3425)	
24日	木	日赤病院 新栄21 (22-7171)	
25日	金	釧路三慈会病院 幣舞町4 (41-2299)	
28日	月	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	

◇土曜日救急当番・夜間救急病院

		土曜日救急当番病院 外科系(12:00~18:00)	土曜日救急当番病院 内科系(12:00~18:00)	準夜間・深夜帯 外科系(18:00~9:00)	準夜間・深夜帯 内科系(19:00~6:30)
5日	土	東北北海道病院 若竹町7 (23-3425)	吉川メディカルクリニック 睦2 (39-0777)	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	釧路市夜間急病センター 住吉2 (44-6776)
12日	土	西池整形外科 新川町2-3 (22-6400)	伊勢内科医院 浪花町7 (22-2788)	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	
19日	土	東北北海道病院 若竹町7 (23-3425)	柴田内科医院 春採4 (41-5221)	日赤病院 新栄21 (22-7171)	
26日	土	釧路三慈会病院 幣舞町4 (41-2299)	さい内科クリニック 昭和中央3 (53-5071)	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	

休日緊急歯科診療所

釧路歯科医師会館

住所：城山2-2-15

電話：42-8336

診療日：日曜・祝日・年末年始

診療時間：午前10時~12時半
午後2時~4時

		日・祝日救急当番病院 外科系(9:00~18:00)	日・祝日救急当番病院 内科系(9:00~18:00)	日・祝日救急当番病院 内科系(9:00~18:00)	準夜間・深夜帯 外科系(18:00~9:00)	準夜間・深夜帯 内科系(19:00~6:30)
6日	日	釧路協立病院 治水3 (24-6811)	シロアムこどもクリニック 鶴ヶ岱2 (41-5385)	野村内科クリニック 鶴ヶ岱2 (44-2133)	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	釧路市夜間急病センター 住吉2 (44-6776)
11日	金	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	ふくしま医院 浦見4 (41-8666)	ちば内科クリニック 大楽毛2-2 (64-6650)	釧路三慈会病院 幣舞町4 (41-2299)	
13日	日	うしき整形外科クリニック 松浦町4 (22-4734)	さくま小児科 貝塚2 (43-1177)	とっとり内科クリニック 鳥取大通4 (65-1667)	日赤病院 新栄21 (22-7171)	
20日	日	うしき整形外科クリニック 松浦町4 (22-4734)	堀口クリニック 鳥取大通3 (51-3827)	やひろクリニック 若竹町14-5 (65-8086)	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	
23日	水	釧路孝仁会記念病院 愛国191 (39-1222)	芦野クリニック 芦野2 (38-1233)	すどう内科クリニック 東川町3 (21-8222)	市立釧路総合病院 春湖台1 (41-6121)	
27日	日	釧路協立病院 治水3 (24-6811)	中沢医院 鳥取大通5 (51-1001)	ふみその内科クリニック 文苑2 (36-1159)	釧路労災病院 中園13 (22-7191)	



吉田新聞店と系列店マイシーでは、健康検定釧路開催の運営を通して、健康で元気な人が溢れる社会を創造してまいります。
 健康検定の申込は「健康検定」のホームページから行ってください。
 テキストのご注文や試験に関するお問合せは、マイシー【釧路市鳥取大通8-7-16 ☎0154-64-9562】まで

Q1.【エキスパートコース 問題】 次の〔 〕に当てはまる語の組み合わせとして、正しいものはどれか。
 インプラントと〔 A 〕の境目にプラークが付着して〔 B 〕が形成されると、「インプラント周囲炎」になる危険がある。予防のためには、
 治療後も丁寧にプラークコントロールすることや〔 C 〕が重要である。
 ア.A 歯肉 B 歯石 C フッ化物の塗布
 イ.A 歯肉 B 歯周ポケット C 定期的な点検
 ウ.A 歯槽骨 B 歯石 C フッ化物の塗布
 エ.A 歯槽骨 B 歯周ポケット C 定期的な点検

Q2.【エキスパートコース 問題】 「ストレスを招きやすい考え方の癖」に、当てはまらないものはどれか。
 ア.前回のプレゼンはうまくいかなかったから、今回もきっと失敗する。 イ.チームの仕事のすべての責任は、リーダーである自分がとるべきだ。
 ウ.同期より出世が遅れているのは、上司に嫌われているからだ。 エ.営業成績が上がらないのは、たまたま体調がすぐれなかったからだ。

Q1正解・・・イ【解説】 歯周病やむし歯などで歯を失ったとき、顎の骨に人工の歯根を埋め込んで、人工の歯を固定するインプラント治療をする人が増えています。インプラントと歯肉との境目にプラークが付着して歯周ポケットが形成されると、歯槽骨の破壊を招く「インプラント周囲炎」が発症します。人工の歯だからといって安心せずに、普通の歯と同じようにプラークコントロールを忘れないようにしましょう。

Q2正解・・・エ【解説】 誰でもものの見方には癖があり、そのために現実を否定的にとらえてしまうことがあります。過度なストレスを招く考え方のパターンとして、例えば以下のようなものがあるので、注意しましょう。①勝手に決めつける ②100点でなければ0点 ③きっとまたこうなるに違いない ④だめな点ばかり目に入る ⑤何もかも自分のせい ⑥「〇〇すべき」と考える ⑦レッテルを貼る ⑧感情だけで判断する ⑨うまくいくわけがないと考える ⑩1つのことだけにこだわる



FELLOWS



vol.152 2022年2月1日号