



# 芦屋®いいだ内科クリニック NEWS



〒659-0065 芦屋市公光町11番5号 芦屋山下ビル3階 ☎0797-61-8767

- 一般内科
- 消化器内科
- 内視鏡内科
- 大腸・胃  
カメラ検査
- 運動療法
- 栄養療法

## 食中毒にご注意ください

食中毒と言えば、夏場の暑い時期を思い浮かべる方も多いでしょう。事実、高温多湿の環境となる6月～8月は食中毒菌が増殖しやすい季節です。一方、ウイルスが原因の食中毒は、11月～3月が発症のピークです。気温が低く乾燥しやすい環境中ではウイルスが長く生存し、空気中の飛散量も増加するからです。このほか、有毒な物質を含んでいるキノコや魚のフグなどの「自然毒」や、アニサキスなどの「寄生虫」を間違えて食べてしまっ起きて食中毒は年中起きる可能性があることも忘れてはいけません。（当クリニックでアニサキスの除去も可能です。）



嘔吐や下痢、発熱など症状が出た際に自己判断で下痢止めや吐き気止めを服用すると、悪化させる場合があるのでご注意ください。症状が軽い場合には脱水に注意して経過を見ても良いですが、嘔吐が酷く水分が摂れない場合は脱水の危険がありますので、速やかに医療機関を受診し点滴など処置を受けましょう。便に血が混ざる場合などの症状は重大疾患が隠れている場合もありますので、いつからどのような便が出ているのかお聞かせください。

## “美食のすすめ”スペシャルセミナーのご案内

私たちの身体は毎日の食べ物から作られています。全身38兆個の細胞から若返り、美しく元気である



秘訣は普段の食事にあると言われてしています。何を選べば良いか？どうすれば良いのか？食べ物と身体の密接な関係について、より健康に生きるヒントをお伝えします！

8/21(水)13:00～ 限定20名【予約制】500円

お申込み・お問合せはお気軽に受付まで♪

講師：松屋裕子先生

ファスティングスタジオシルキー学院長

内面美容医学財団専務理事

ファスティング研究部会部会長 オーソモレキュラー医学会会員

心身を整えるセミナーとヨガの体験会  
7/6(土)13:00～14:30 各回  
7/20(土)13:00～14:30 500円  
詳しくは別紙をご覧ください♪  
ご予約お待ちしております。

## 7月 いいだ内科クリニックの運動カレンダー

| 日  | 月  | 火  | 水  | 木  | 金  | 土  |
|----|----|----|----|----|----|----|
|    | 1  | 2  | 3  | 4  | 5  | 6  |
| 7  | 8  | 9  | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 28 | 29 | 30 | 31 |    |    |    |

患者さまの症状にあわせてご紹介しております。お気軽にご相談ください！

☺…午前  
☺…午後

予防医療が健康の第一歩！



☆ご好評いただいております☆

## メディカル発想の運動プログラム

- 松田先生 月～土 2,000円～  
【メディカル運動教室】 9:00～12:00
- ほりえ先生 2・9・16・23・30日(火) 2,500円  
【リンパマッサージヨガ】 13:00～14:00
- 田崎先生 4・11・18・25日(木) 3,500円  
【健康運動体操教室】 16:00～19:00 (の内30分) (月会費制)
- 飯田院長 17日(水) 500円  
【RACS運動教室】 13:00～14:00



←HPIはこちらから



Facebook・アメブロも やってます♪



詳しい内容についてはお問合せください♪