



あいく ニュース

クリニック新聞

現在・当日順番予約のみとなっておりますが、
近々、お時間予約&未来予約ができるようになるかも！？いや、今月中にはなっているかも！？



・リハビリ室の一角。クッション性の良い枕には消毒可能なカバーをし、衛生面も管理しております。
・物療の機械は「ショックマスター」。どんなものかは今後のあいくニュースで詳しく説明予定です😊

寒い毎日だからこそ 睡眠と栄養と適度な運動を

----- 乾燥してカラカラ@STAFF

北関東は乾燥地帯！！
ついでに、冬は筑波山から吹きおろす風のせいかな！？（標高は高くないから気のせいかな・・・💧）
とってもとっても、この季節は乾燥してしまいます。

乾燥すると皮膚もカサカサになってかゆくなってしまいますよね。
乾燥した部分が刺激されると炎症もおこりやすくなってしまいますので、腫れや痛みの原因にもなりうる可能性があります😓
また、外側を守る皮膚だけでなく、内側を守る喉（ノド）の粘膜も同じように乾燥した状態で刺激を受けると炎症しやすくなりますので、風邪もひきやすくなる・・・

夏のジメジメもいやですが、冬のカラカラも考えものですね😓
身体がカラカラにならないように、こまめに水分補給・皮膚には保湿をしながら健康管理をしていきましょう！！

* 寝不足はお肌の大敵！と云われるくらいですから、皮膚の状態をよくしておくためにも、睡眠を充分にとることをおススメいたします。

適度な運動、たっぷりの睡眠、栄養価のある質のよい食事、水分補給と・・・いろいろすることはありますが、まずは**手洗い・うがいを忘れずに！**
この時期、コロナウィルスやインフルエンザだけではなく、ノロウィルスやロタウィルスにも注意してくださいね。

そして乾燥の季節はまだまだ続く・・・

Copyright © つくば村井整形外科クリニック All Rights Reserved.

今更ですが、
2022年
去年の  ワールドカップは
アルゼンチンが優勝 

----- STAFF  IKE

アルゼンチンのサッカーチームのチームドクターが愛用しているMRI装置が、なんとなんと！当クリニックで使用しているMRI装置と一緒になんですよ。

もしかして、メッシ選手も同じMRI装置で撮影してるかも！？

ちなみにそのMRI装置はイタリア製 

Web 予約時間

午前診療予約受付 7:00～ 11:30

午後診療予約受付 12:00～16:45

- ・当日の順番予約をしていただき、それから来院くださいますようお願いいたします。
- ・当日順番予約は、基本 LINE か Web からとなっております。Web からのご予約が困難な方はご相談ください。

診療時間

午前 9:00～12:30 (受付 12:00)

午後 14:00～17:45 (受付 17:15)

休診日

日曜・祝日、水曜/土曜は交互

2023年 2月						
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				

● 休診日

ロケット&あいくのロゴが目印です 



TSUKUBA はロケットと 密接な関係！？
ロケットの窓から見えるわんこは、
ふわふわ・もこもこの真っ白な大型犬「あいく」。