



病院だより

虫歯以外の原因で歯に穴があく!?

南魚沼市民病院 歯科医長 小野 由起子

むし歯の原因菌の出す酸によって歯が溶けて穴があいた状態をう蝕（むし歯）と言いますが、むし歯以外の要因で歯が溶けたり欠けたりして穴があく場合があります。咬耗、摩耗、アブフラクション、酸蝕症等があげられます。

咬耗とは歯ぎしりや食いしばりなどによって上下の歯が繰り返して強く接触することによって生じる歯のすり減りです。

摩耗とは歯以外の力による歯のすり減りです。日常生活上の習慣で起こる摩耗としては、適切でない歯みがきによる歯のすり減り（研磨剤が多く入った歯磨き粉を硬い歯ブラシにつけてゴシゴシみがくなど）、パイプ愛用者（あまりいらっしやらないかもしれませんが）のパイプをくわえる部分の歯のすり減りなどがあります。職業上起こりやすい摩耗としては、ガラス職人、大工、靴職人、管楽器奏者など仕事においていつも同

じ部位の歯（おもに前歯）を使うために生じる歯のすり減りがあります。

アブフラクションという言葉は初耳の方もいるかもしれませんが、過剰な咬合力により歯頸部（歯冠と歯根の境目）に応力が集中して歯頸部のエナメル質・象牙質がはじけ飛んだ状態です。

酸蝕症とは細菌が産生する酸以外の酸で歯が溶けることをいいます。歯質はリン酸カルシウムの結晶が主成分ですが、カルシウムは酸によって溶ける性質があります。歯冠の表面を覆っている人体の中でもっとも硬い組織であるエナメル質の溶けだす水素イオン指数（pH）は5.5と言われており、それを下回るpHの状態に口腔内が長時間・頻回にさらされると歯の中のカルシウムが溶けだします。酸蝕症の原因となる酸は体の中から口腔内に出てくるものと体の外から口腔内に入ってくるものがあり

ます。体の中から口腔内に出てくる酸は胃食道逆流症などにより胃の内容物と一緒に逆流してくる胃酸です。胃酸はpH1〜2の強酸です。体の外から口腔内に入ってくる酸は酸性飲食物です。レモンやオレンジなど柑橘系果物、梅干し、酢の物など明らかに酸っぱいイメージの食品だけでなく、スポーツドリンクや炭酸飲料、果物・野菜ジュース、ビール、ワインなど毎日摂取している飲み物にはエナメル質の溶けだすpH5.5を下回るものが数多くあります。酸性飲食物は体によいものもたくさんありますので摂取してはいけないわけではありません。ちびちび時間をかけて食べたり飲んだりせず、摂取したあとはよくうがいをして、摂取直後の適切でない方法の歯みがきは控えるようにしましょう。

新型コロナウイルス感染症対策について

南魚沼市民病院では、南魚沼市または隣接する市町村で感染者が確認された場合、診療制限や休診対応を行うなど、診療体制を変更する場合がありますのでご了承ください。2ページに掲載している対策のほか、最新の情報は南魚沼市民病院のウェブサイトでご確認ください。

診療科・診療日のご案内

医師(名字)・診療日(数字)が記載された一覧表が地域医療連携室にありますので、必要な人はお声がけください。

診療予定表の見方	<ul style="list-style-type: none"> ○表の中の「○」は診療日、「-」は休診日です。 ○曜日欄に「数字」の記載がある曜日は、記載日のみ診療します。 ○臨時休診等については、備考欄をご参照ください。 ○一日2科受診を希望の場合、午前10時までに受付をしてください。 ○診療は予約優先で行っています。
-----------------	---

整形外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考
一般外来	午前	○	○	○	○ (備考参照)	○ (備考参照)	月水～土 8:30～10:00 ※ 8:30～11:00	月水～土 9:30～ ※ 9:00～	<ul style="list-style-type: none"> ・月水木金は10名で受付終了 ・8日(木)、29日(木)は人数制限なしで11:00まで受付 ・土曜日は15名で受付終了(3日、10日、31日は25名まで)
	午後	-	○	-	-	-	13:00～14:45	13:30～	
	予約	○	-	○	○	○	-	予約制	予約時間は予約票をご覧ください。
専門外来	○	○	○	○	-	○			
専門外来の受診にあたっての注意	<ul style="list-style-type: none"> ○専門外来は、脊椎、上肢、足、退院後、人工関節、骨粗しょう症外来があります。いずれもすべて完全予約制となります。 ○他院からの紹介状をお持ちの人を含めて、専門外来を受診希望の人は、地域医療連携室にご連絡ください。 ○専門外来をご希望でも、まずは一般外来をご案内することがありますので、ご了承ください。 								

リウマチ科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考
午前	-	13日・27日	-	-	-	-	8:30～11:00	9:00～	第2、第4火曜日診療
午後	-	13日・27日	-	-	-	-	13:00～15:00	13:30～	

リハビリテーション科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考
午前	-	-	○	-	○	-	予約制	9:00～	電話予約可
午後	-	-	○	1日	○	-		14:00～	

新型コロナウイルス感染症対策について

1. 正面玄関にて来院者全員の体温測定を実施しています。体温や症状等により、看護師が問診を行う場合があります。発熱や咳、だるさなどの症状がある人は検温の際に申し出てください。
2. 来院の際は必ずマスクを着用していただき、咳エチケットや手指消毒のご協力をお願いします。
3. 入院患者様への面会は原則禁止しています。

7月の休診日

19日(月) 第3月曜日・22日(木) 海の日
23日(金) スポーツの日・各日曜日

各診療科の休診日は、診療予定表の「備考欄」をご確認ください。

職員募集中 (詳しくは市民病院ウェブサイトにてご確認ください)

【正職員】看護師
【会計年度任用職員】看護師・看護助手・歯科衛生士

65歳以上の新型コロナウイルスワクチンの個別接種について

- 対象者 当院にかかりつけで65歳以上の人
- 予約受付日時 月曜日から金曜日 15:00～17:00 (第3月曜日、祝日を除く)
- 電話番号 ☎788-1174 (専用回線)
※代表番号への予約電話はご遠慮ください。(受付不可)
- 接種日時 火曜日から金曜日 14:30～16:30
- 受付・接種場所 外科外来
- 持ち物
 1. 接種券 (接種券は台紙からはがさない)
 2. 記入済みの予診票
 3. 本人確認書類 (健康保険証、運転免許証など)
 4. おくすり手帳 (定期的な服薬がある人)
 5. 接種日時お知らせ用紙 (予約後に郵送します)
- ※接種券と予診票は、南魚沼市から令和3年3月末に送付されています。なくした場合は、南魚沼市役所ワクチン接種対策室 (☎775-7114) へご相談ください。
- ※当日は、半そでのTシャツやノースリーブなど、肩の上まで出しやすい服装でお越しください。

子どもの予防接種日程

予防接種の種類	接種日	受付時間	接種時間
ヒブ・肺炎球菌・二種混合 (ジフテリア・破傷風) 三種混合 (ジフテリア・百日咳・破傷風) 四種混合 (ジフテリア・百日咳・破傷風・ポリオ) 麻しん風しん混合 (1期・2期)・BCG・ポリオ 日本脳炎・水痘・おたふく・ロタウイルス A型肝炎・B型肝炎・子宮頸がん	7月13日(火) 7月20日(火) 7月27日(火)	12:30～ 13:00	13:00～
	7月28日(水)	13:30～ 13:50	13:50～

※予約が必要です。予約・問合せは、医事課までお願いします。 ※接種者数が限られておりますので、お早めにご予約ください。



令和3年7月 南魚沼市民病院

電話予約と予約変更について

- 月～金曜日の午後2時～4時の間で受け付けます。
- 予約変更については、原則、変更枠がないため受け付けていません。
ただし、下表の受付欄に「予約制」の記載がある診療科については、予約枠の調整により変更が可能な場合があります。

南魚沼市民病院

〒949-6680 新潟県南魚沼市六日町2643-1
TEL 025-788-1222(代表)
 FAX 025-788-1231

内 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
初診外来	○	○	○	○	○	○	8:30～11:00	9:00～	
予約外来 (一般内科及び 専門外来)	○	○	○	○	○	○ (午前のみ)	予約制	午前9:00～ 午後13:30～	電話予約不可
専門外来の 受診にあたっての 注 意 点	<ul style="list-style-type: none"> ○専門外来は、腎臓内科、呼吸器内科、循環器内科、神経内科、内分泌糖尿病外来、睡眠時無呼吸外来、消化器内科があります。いずれもすべて完全予約制となります。 ○他院からの紹介状をお持ちの人を含めて、専門外来を受診希望の人は、地域医療連携室にご連絡ください。 ○専門外来をご希望でも、まずは初診外来をご案内することがありますので、ご了承ください。 								

精 神 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
一般外来	午前	○	-	-	○	-	予約制	9:00～	電話予約可
	午後	12日・26日	○	-	1日・8日・ 15日	-		14:00～	
メモリークリニック	○	-	○	-	○	-		9:30～	
高次脳機能障害科	12日・26日	-	-	-	-	-		14:00～	

外 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
消化器外科 消化器内科 肛門外科	○	○	○	○	○	○	8:30～11:00	9:00～	

婦 人 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
	-	○	-	○	○	○	予約制	☎☎10:00～ ☎☎9:00～	電話予約可

眼 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
午 前	○	予約制	○	○	予約制	-	8:30～10:00	9:00～	電話予約可
午 後	予約制	予約制	○	予約制	予約制	-	13:00～15:00	13:30～	

耳鼻いんこう科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
午 前	-	-	-	-	-	○	8:30～11:00	9:00～	
午 後	-	○	-	○	○	-	13:30～15:00	14:00～	

皮 膚 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
午 前	-	-	-	○	○	3日・17日	8:30～11:00	9:00～	人数制限をさせていただく場合があります。
午 後	-	○	○	○	-	-	13:30～15:00	14:00～	

泌 尿 器 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
午 前	○	予約制	-	○	-	-	☎☎8:30～11:00	☎☎9:40～ ☎☎9:30～	電話予約可
午 後	○	-	-	○	-	-	13:00～15:00	13:30～	

歯 科	月	火	水	木	金	土	受 付	診 療	備 考
歯科	○	○	7日・14日・ 21日	-	-	10日・24日	予約制	午前9:00～ 午後13:30～	電話予約可
歯科口腔外科	○	○	-	○	○	3日・17日・ 31日			

ゆきぐに大和病院のご案内 7月

予約変更について

○再診予約の変更を受け付けます。
ただし、条件により受けられない場合があります。
連絡は、火～金曜日の午後2時～4時をお願いいたします。
(歯科は歯科の受付欄参照)

医師別の診療予定が必要な方は、医師(名字)・診療日(数字)が記載された一覧を、医療連携室に用意してあります。

ゆきぐに大和病院

〒949-7302
新潟県南魚沼市浦佐4115
TEL 025-777-2111(代表)
FAX 025-777-3853

説明

診療科に対する曜日欄の記載は、○=診療日、— =休診となります。
(備考参照)の記載がある場合、当月に臨時休診等があります。
また、曜日欄に「日付」の記載がある場合は、記載の日のみの診療となります。

当面の間、入院患者様への
面会を禁止させていただきます。

内科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
朝診療	—	○	○	○	○	—	7:30~8:30	8:00~10:00	
午前	○	○	○	○	○	○	8:30~10:00 (水曜は、8:30~9:00)	9:00~12:00	
午後	—	予約制	予約制	予約制	予約制	—	予約制	13:30~16:00	
夕診療	—	○	○	○	○	—	16:30~18:00	17:00~19:00	
腎臓内科	—	—	—	—	9日・30日	3日	予約制	9:00~12:30	
禁煙治療	—	—	—	予約制 (備考参照)	—	—	予約制	17:00~18:30	休診=1日(木)

和漢診療科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	○	予約制	○	予約制	○	○	8:30~10:00	9:00~12:00	
午後	—	予約制	○	—	○	—	13:00~14:30	13:30~15:00	

精神科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	予約制	—	—	—	予約制	予約制	9:00~12:00	
午後	—	—	予約制	—	予約制	—	予約制	14:00~16:30	
メモリークリニック	—	予約のみ	予約のみ	—	—	—	予約患者のみ	☎16:00~16:30 ☎14:00~17:30	
睡眠時無呼吸	—	予約のみ	—	—	—	—	予約患者のみ	14:30~16:00	

外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	—	予約のみ	予約のみ	—	予約のみ	予約患者のみ	9:00~12:00	

リウマチ科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	—	—	—	—	予約のみ	予約患者のみ	9:00~12:00	

皮膚科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	○	—	—	—	—	8:30~11:30	9:00~12:00	
午後	—	—	—	—	○	—	13:30~15:00	14:00~15:30	

整形外科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	—	—	—	—	○ (備考参照)	—	8:30~11:30	9:00~12:00	休診=30日(金)
午後	—	—	—	—	○ (備考参照)	—	12:30~15:30	13:00~16:00	休診=30日(金)

※他院で整形受診されている方は、紹介状をご持参ください。

歯科	月	火	水	木	金	土	受付	診療	備考・休診日
午前	○	○	○	○	○	○ (備考参照)	予約制 電話予約可 10:00~12:30	9:00~12:00	休診=17日(土)
午後	—	○	○	○	○	—	13:30~16:00	13:30~16:00	

※電話で予約ができますが、月曜日の午後と土曜日の午後は休診のため、電話予約はできません。

病院休診日のお知らせ

22日(木) 海の日、23日(金) スポーツの日
各日曜日

※各診療科の休診日は、上記、診療予定表でご確認ください。

○発熱などの症状や、近親者に濃厚接触者がいる場合など、体調に心配や不安がある場合は、直接来院せず、事前にお電話でご相談ください。

新型コロナウイルスワクチン接種予約のお知らせ

- 対象者：南魚沼市から接種券が配布された人で、基礎疾患がある方または60歳以上の人
- 受付方法：電話のみ (TEL:025-777-2111)
- 受付期間：7月1日～7月16日
- 受付日時：火～金曜日 午後1時30分～3時
- ※電話は時間厳守をお願いいたします。