



にった眼科通信

2019年1月号

謹んで新年のお慶びを申し上げます。
旧年中は格別のご愛顧を賜わり厚く御礼申し上げます。
本年もスタッフ一同より一層技術の向上に励み、お客様にご満足頂けるサービスを心がける所です。今年も、宜しく願い申し上げます。



～お知らせ～

①火曜、木曜日の午後外来について

	日	曜日	午後
1	8	火	14:00～17:30
	10	木	14:00～17:30
	17	木	16:00～17:30
	24	木	16:00～17:30
	31	木	16:00～17:30

	日	曜日	午後
2	7	木	14:00～17:30
	14	木	14:00～17:30
	21	木	14:00～17:30
	28	木	14:00～17:30

②外来の混雑状況について

月・金曜・祝日明けの午前中は混み合います。
午後外来(月曜、木曜、金曜)は比較的待ち時間なく診察しております。



眼の話 ～コンタクトレンズ装用による眼障害について～

コンタクトレンズ(以下CL)は、角膜上にのせることで、近視、乱視などが矯正可能なアイテムとして多くの方が利用されています。便利な反面、装用方法を間違えると角結膜障害、アレルギー性結膜炎、角膜内皮障害など重度な眼障害が生じる可能性があります。正しい使用方法を遵守し、眼科定期検査をお勧めします。

～お願い～

- ①院内での携帯電話のご使用はお控え下さい。
- ②お子さんから目を離さないようお願い致します。
- ③散瞳検査がある方は、車・バイクの運転は控えて下さい。



受付時間	月	火	水	木	金	土
8:45～12:15	○	○	○	○	○	○
14:00～17:30	○	手術	/	※1	○	/

※1 木曜午後はお電話で確認ください。
休診日 水曜午後、土曜午後、日曜、祝日

eye eye教室



目のストレッチ
「ぐるぐる体操」

- ①ゆっくり右回りに眼球を回す(2～3周)
- ②同様に左回りで眼球を回す(2～3週)
- ③最後は寄り目にして5秒キープ
- ④戻して、リラックス

効果:毛様体筋がほぐれる
眼輪筋を鍛える

TEL:0954-28-9232

