

**こんにちは**


編集/発行 医療法人 健成会  
坂井内科クリニック  
〒910-4137 福井県あわら市中番 17-18

診療科目 内科、循環器内科、糖尿病・脂質代謝内科  
小児科、リハビリテーション科

診療時間 午前 8:30～12:30  
**午後 2:00～6:00**  
木曜・土曜: 12:30まで

休診日 木・土午後 日曜、祝祭日

電話 0776-77-1070



**10月 季節は巡ってきたが、いつもと違う〇〇の秋。**

こんにちは。お彼岸を過ぎるとすっかり秋らしくなりましたね。今年は今のところ台風の上陸もなく、秋晴れのもとでGo toトラベル&イートを利用し、コロナ感染対策をしっかりと、お出かけしましょうか。

**10月1日は衣替え**ですね。日本には四季があるため、学校や制服のある会社などでは、季節に合わせて衣替えをしますね。冬服が10月1日～5月31日です。

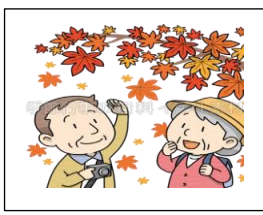
当クリニックでも職員のユニフォームを新調しました。ちなみに気温による衣類の目安は、最高気温20～22℃：半袖と長袖の分かれめ。最高気温15～20℃：秋物のセーターや羽織るものが必要。最高気温15℃以下：完全に冬物となっているようです。**10月の第二月曜日は**これまで「**体育の日**」として親しまれていた祝日が、2020年より「**スポーツの日**」に名称が変更になったこと、ご存知でしたか？ 今年にはオリンピック開催される予定でしたので、この休日も**7月24日に移動**になっていました。来年はどうなるのでしょうか。

**10月31日は**アメリカで「**ハロウィン**」は秋の収穫を祝い悪霊を追い出す祭りがキリスト教のカトリックの行事と相まって、民間行事として確立していったようです。日本ではテーマパークが年間イベントとして取り入れたことで急速に広まり、仮装を楽しんだり、

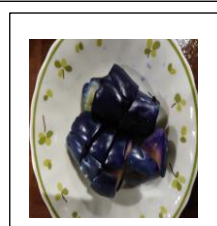
富士山初冠雪 2020.9.28



お菓子を交換し、かぼちゃを飾るなどの「楽しい行事」だけが定着しましたね。日本では**10月を神無月(かなづき)**と云って日本中の神様が出雲に集まって、全国を留守にするといわれていますが、神様が留守の間にこんな行事が入り込んできたんですね。朝晩めっきり涼しくなります。ご自愛ください



**家庭菜園奮闘記**  
他所とは約1か月遅れでようやく大根の種をまき(左写真左側)、白菜の苗を植えました(左写真右側) 正月に間に合うでしょうか。右の写真は、菜園で採れたナスをめかづけにしました。いい色でしょ。



**新型コロナウイルス感染症総合相談センター**

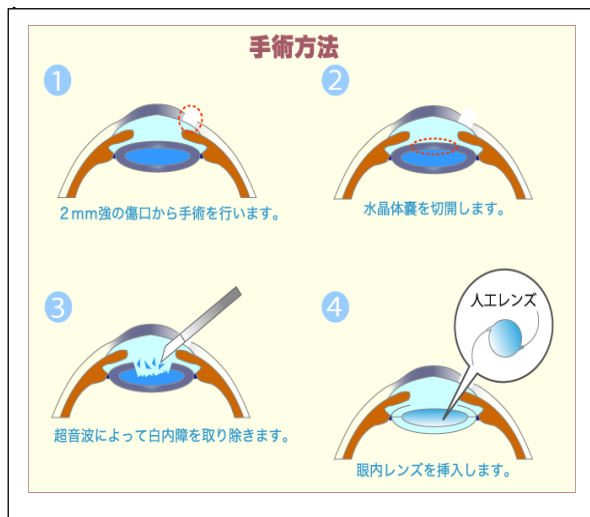
新型コロナウイルス感染症に係るお問い合わせやご相談は、県庁内の「帰国者・接触者相談総合センター」で受け付けております。センターでは保健師が病状、症状、PCR検査などのご相談に対応し、一般的な相談は事務職が対応します。**受付時間 7:00～21:00 (休日・祝日も含む)**  
**電話番号 0776-20-0795**

## 糖尿病患者さんの最新の白内障治療

糖尿病協会月刊誌  
さかえ 10月号よ

糖尿病患者さんでは、白内障が進行しやすいため、白内障の治療や手術を受ける患者さんも年々増えてきています。現在白内障の手術は日帰りでも可能になっていますが、具体的にはどうなのでしょう？また注意点は何でしょうか？

まず白内障とは目の水晶体(カメラのレンズに相当)が濁ることにより、物がかすんで見える、二重に見える、視力が落ちる、日航が眩しいなどの症状が出ます。手術は図のよう



角膜の外側一部に傷をつけ、水晶体嚢を切開し、超音波によって濁った水晶体を破壊・吸引し人口の眼内レンズを入れます。所要時間は10~20分

### 注意点

1) 術前に血糖コントロールの悪い人(HbA1c10%以上)は白内障手術のために急速に血糖コントロールをすると網膜症が悪化する場合があります、内科医と相談しましょう。

2) 網膜症がありレーザー光凝固が必要な場合は白内障の手術を先に受けて、網膜の状態がよく見えるようにしてから光凝固を行うことが良いでしょう。 東京女子医大 眼科教授 須藤史子先生より

**当クリニックでは特定健診、後期高齢者健診、がん検診の個別検診を随時受け付けております。受付または診察室でご相談を。**

## 10月1日よりインフルエンザ予防接種を始めました。

65歳以上の高齢者(定期接種対象者)はインフルエンザワクチンの優先的な接種対象者になっており、10月1日以降早めの接種をお勧めします。市では高齢者を対象に、予防接種費用の一部を助成しています。

## 待 合 室

A: 今年のインフルエンザ予防接種が早く始まったのはやはり新型コロナウイルス感染症と関係があるんだろうね。

B: 厚労省の説明では今年の冬は新型コロナウイルス感染症が流行する可能性があり、インフルエンザ予防接種を受けようとする人も増えるかもしれない。それで「重症化しやすい高齢者が早めに予防接種を受けられるように」ということらしい。



Dr: もう一つ我々の懸念は、インフルエンザの流行期に発熱・風邪症状の人が受診されてもどちらか区別がつかない。そうなる

と全例検査をすることになり、検査による感染のリスクや院内感染が起こらないように細心の注意を払わなくてはいけなくなるのだね。

A: 検査はどんな方法でやるの？

Dr: 今考えているのは発熱のある人は原則ドライブスルー方式で診察と検査を行い、それ以外の症状の人は時間を決めて、一般患者さんとは別の部屋で診察しようと思う

B: 今年は今のところインフルエンザに罹った人が非常に少ないようだけど予防注射しなくていいんじゃないの？

Dr: する、しないの選択は自由だけど、できる備えはしておくに限ると思うけど。

