

# 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 2:00～18:00  
(木・土曜は 12:30 まで)  
休診日 木曜・土曜午後、日曜、祝祭日  
電話 0776-77-1070



## 五輪で沸く バブルの外では コロナ沸騰

こんにちは。7月になりました。いよいよオリンピック東京大会 2020 が開催されます。折からの新型コロナウイルス感染症の再感染拡大の心配と相まって、有観客開催の賛否両論が連日テレビのワイドショーなどで取り上げられていますが、ついうっかりするのは開催によって休日の変更されたことです。昨年配られたカレンダーには7月22日、23日は休日になっていません。五輪開催が決まり、新しく下の表のように変更されました。ご自身のカレンダーもチェックしましょう。



7月の前半は梅雨の最盛期で蒸し暑く、後半は梅雨明けと同時に酷暑が待っています。俗にいう夏バテの時期ですが **2日(金)からは半夏生**が始まりです。半夏生は夏至から数えて11日目頃をいうのですが、昔はこの時期は田植えが終わり体を休めるのと、体調を崩しやすい時期なので厄払いなどを願って各地で様々な風習が行われて来ました。福井では大野の「半夏生鯖はげっしょさば」と言って「鯖の丸焼き」を食べて栄養をつける風習がありました。今では県下全域に広まり福井の名物になっています。**7日は七夕**です。最近ではすっかり子供のためのお祭りのようになっていますが、古代中国の民間伝承であった織姫と彦星(牽牛)の悲劇のラブストーリーが元になったと言われていています。奈良時代には織姫が機織りが上手な働き者だったことから、裁縫や習い事の上達を天にいる織姫にお願いするというのが始まり、江戸時代には習字や芸の手習いを祈るよう現在では子供の勉学向上と健康を願う行事になっています。まさに時代の流れを実感しますね。

日	月	火	水	木	金	土
7月					開会式	
18	海の日				23	24
25					30	31
8月						
1						7
8	開会式	振替休日		山の日		14
10月	11					18
						25
						31

**19日からは夏土用**に入り、**22日海の日**、**23日スポーツの日**(いずれも2021年限定の祝日)**7月23日には東京オリンピックが開幕**し約2週間開催されます。**28日は土用の丑の日**で最近では季節の変わり目で体調を崩しやすいので注意しましょうという意味はどこかに行き、『半夏生鯖と同様に「鰻」だけが独り歩きしてますね。ご自愛ください。

### 家庭菜園奮闘記

ジャガイモは花が終わり、一部の葉が黄色味を帯びてきました。収穫まじかになったようです。キュウリやナスが収穫できるようになりました。今年は栽培本数を少なくしたので、週2-3日の収穫でちょうど良い量の量です。ソラマメは全体に豆が小さく不出来でした。昨年は種を晩秋に種をまき、越冬させたもので豊作でした。今年は春に買って来た苗を植えたのがよくなかったのでしょうか。5月末に植えたトマトとカボチャはそれなりに成長していますが、周りの草の方が一枚上です。



## GLP-1 受容体作動薬について

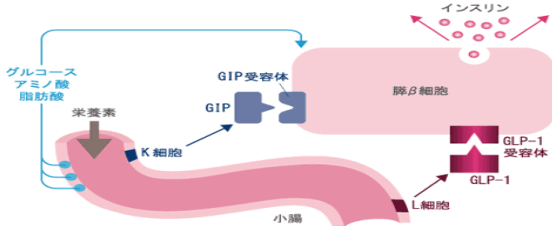
日本糖尿病協会発行 さかえ 2021年6月号より  
岐阜大学 糖尿病・内分泌代謝内科 矢部大介 先生

2010年に初めて国内で承認されたGLP-1受容体作動薬は、それから10年余りの間に進化を重ね、様々な臨床研究が行われ、今では糖尿病治療薬の中心的な役割をになっており舞う。インクレチン関連薬の一つであるGLP-1受容体作動薬の効果や新しい薬剤について解説します。詳しくは「さかえ」をご覧ください。

### インクレチンとは

食事をとったときに消化管から分泌されて、膵臓のインスリン分泌を促進する消化管ホルモンです

消化管ホルモンであるインクレチンのインスリン分泌への影響



### GLP-1 受容体作動薬とは

インクレチンの一つであるGLP-1の構造を一部変えたお薬で、膵臓の受容体に結合しインスリン分泌を促しますが、血糖上昇の刺激により膵臓β細胞からインスリンが分泌された時だけ働きます。したがって空腹時に血糖が下がりすぎることがない安心感がありますが、一方自身の膵臓にインスリンを分泌する力がない人には効果がありません。

## 新型コロナウイルスワクチン接種について

64歳以下の方の接種が始まりました。お手元に接種券が届いた方から順次予約を受け付けております。

### 当クリニックでの個別接種の予約受け付けについて。

接種については、ワクチン配給の関係で完全予約制です。また予約された方には確認票を発行しておりますが、確認票を受け取っていない方は、接種日の前に日時の確認を必ずお願いいたします。予約日または時間帯に不都合が出た場合は出来るだけ早くご連絡をお願いいたします。またワクチン配給日程によっては、接種日時に変更が必要な場合がある可能性があります。その際にはご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

ワクチン接種後は15～30分間クリニック施設内で経過観察することが義務付けられていますので、時間に余裕をもって来院してください

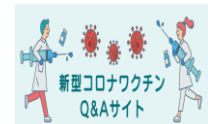
予約受付時間 9:00～17:00 電話番号 0776-77-1070 090-5684-6343

## 待 合 室

A: 先日の福井新聞にワクチン接種について、約3割の人が健康不安を心配し消極的だというアンケート調査の結果が出ていたね。

B: 調査では、もうすでに接種した高齢者は接種してよかった、外出時に少し安心できる、健康被害(副反応)は想定内のもので、自分で対処できたと答えていたね。 **厚生省のワクチンQ&Aサイト** <https://v-sys.mhlw.go.jp/about/>

Dr: 若い世代間では、将来起こるかもしれない健康被害についての心配が多いようですね。人類初めてのワクチンだから仕方のないことだけどもね。「受ける」「受けない」の判断は巷のデマではなく、科学的な信用できる情報を元に判断してほしいですね。



A: もう一つは職場や地域でみんなが接種しているので自分もしなきゃいけないのかという「同調圧力」と「受けない」ことで差別を心配する答えが多かったね。Dr: これからますます出てくるでしょうね。12歳から16歳の接種が始まると学校生活が心配です。