

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

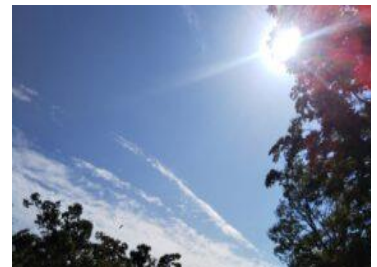
電話 0776-77-1070



10月 名月に 迫る黒雲 胸騒ぎ

こんにちは。9月から新型コロナウイルス新規感染者数が激減し、第5波が収束しているように見えます。しかしこの激減の要因が単にワクチン接種が進んだことや夜間などの人の動きが減っただけとは信じ難く、新型コロナウイルスが次の流行を起こすべく、新たな変異を用意するため潜んでいるのではないかと思うのは私だけでしょうか。晴天の夜空に浮かぶ名月に次の黒雲が迫ってやがて台風が来るように、何か嫌な予感がしています。

秋晴れの下 進む紅葉



10月1日は衣替えですが、まだまだ日中は暑い日もあり、早々と長袖に切り替えるわけにもいきませんね。今年の10月11日(第二月曜)のスポーツの日は東京五輪によって7月に移動したため、祝日の無い月となりました。10月8日頃は「寒露」といわれ、晩夏から初秋にかけて野草に冷たい露が降りる時期となります。農繁期も峠を越し、大気の状態が安定して空気が澄んだ秋晴れの日が多くなります。10月18日(月)は「十三夜」で、9月の十五夜に次いで美しい月が見られるということで、昔からとても大事にされてきました。また栗や豆の収穫時期でもあり、別名「栗名月」「豆名月」と呼ばれます。

家庭菜園よりご報告

遅ればせながら大根が間引きできるほどになりました。今年は欲張らずに30本ぐらい採れればと思います



もう少し大きくなったら1本にします

10月31日はハロウィンです。元々は古代ヨーロッパのケルトで、収穫、豊穰を祝うとともに、悪魔払いをするのが起源です。日本では宗教に関係なく、玩具や仮装パレードなど表面的なものを商業として取り入れ、子どもがいる家庭や若者を中心に楽しいイベントとして浸透してきています。

9月29日に自民党の総裁選挙があり岸田新総裁が選ばれました。10月4日に首班指名を受け、新内閣を作ったあとは10月21日の衆議院議員の任期切れに伴い、総選挙へとスケジュールが進んでいきます。今年もあと90日余り。ご自愛を。

開設30周年を迎えて

平成3年10月、当地に「坂井内科クリニック」を開設し、今月でちょうど30年になりました。これもひとえに地域の皆様のご理解のおかげと深く感謝申し上げます。30年前に開設を決心したのは父の強い思いと、自分の医師としての能力を地域の中で生かしていきたいとの思いでした。以来30年間、職員や家族に支えられ、信頼してくれる患者さんのためにと前を向いてきました。ちょうどこの節目の時期に新しい職員が3名加わったことも何かの啓示かもしれません。これからも初心を忘れず「地域のために自分の持っている能力を使う」、その見返りにちょっとだけ人生の充実感を感じさせていただけたらと思います。今後ともよろしく願いいたします



糖尿病患者さんの災害時の対策

日本糖尿病協会発行 さかえ 2021年7月号より
糖尿病認定看護師 井淵奈緒美 先生

近年わが国では、大規模な地震や水害などの災害が相次いで発生しています。このような災害で避難生活を余儀なくされた場合、どのように乗り越えるか対策を考えておきましょう。

- | | |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none">・超急性期の対応（発災から3日間）・何よりも生き延びることが大事で、手に入る食料はしっかり食べましょう。・食事が十分とれないとき、持効性のインスリンは減量して打ちましょう。・経口薬は食事が全くとれないときは服用しないようにしましょう。・低血糖が起こりそうになったら、飴やチョコレートなどその時手に入るもので対処しましょう。・下痢嘔吐、脱水、頻回の低血糖などは受診。 | <ul style="list-style-type: none">・急性期の対応（発災から4～7日間）・食事はバランスより量を優先し、脱水を防ぐために小まめに水分補給をしましょう。糖類を含む清涼飲料水は少しずつ摂る・後片付けの際の外傷や長時間同じ姿勢をとることで起こる深部静脈血栓症を防ぐため、散歩や手足の運動を心掛けましょう。・生活環境が良くないところでは、細菌やウイルスの感染症にかかりやすくなるのでマスクや手洗い、うがいを心がけましょう。 |
|---|--|

新型コロナウイルスワクチン接種について

当クリニックでの個別接種の予約受け付けは終了いたしました。



まだ接種を受けていない方は

市のコールセンターまたは健康長寿課にご相談ください。

インフルエンザワクチン接種について

今年度の高齢者の助成対象となるワクチン接種は11月1日からの予定です。対象の方には、10月20日以降に市から案内が届きますので、それまでお待ちください

待 合 室

- A：このクリニックも開設して30年経つのか。俺も30年血圧の薬を飲んでるってことか。
- B：あの頃はバブルが崩壊したところで、株価や土地の値段が下がり、その後アベノミクスで持ち直すまで20年近く不況が続いたんだよな。
- Dr：その頃の総理大臣は宮澤喜一で、30年の時を経て親戚の岸田文雄新総理が誕生したわけだ。それにしても今回の総裁選は約30日も選挙戦があり、候補者も4人で、なかなか賑やかに政策論争もしていて、それなりに興味があったが、結局は権力闘争という政治家の本性で片が付いたね。
- 
- A：野党は衆議員選挙前のこの1か月間、常に自民党総裁選の付け足しみたいな扱いでメディアに出ていたけど、ほとんどが自民党批判ばかり、政策らしきものは小粒で、われわれ国民には非現実的としか思えないようなものばかりだったな。
- B：コロナ禍で経済的に影響を受けた人に支援するのはわかるけど、元手のお金はどうするの、ここで消費税下げたら政府にお金は入らないじゃない。
- Dr：岸田総理の政策もそれほど際立ったコロナ対策や経済対策は見えないようだけど、それは誰がやっても簡単にはいかない。特にコロナ対策は初めての事だから、誰がやっても後手になったろうね。
- A：明治維新の時の渋沢栄一みたいな人が出て、「日本をよくするために」の情熱を持った素早い実行力を持った人が現れないとね。
- 

大隈重信に意見を言う栄一