

こんにちは

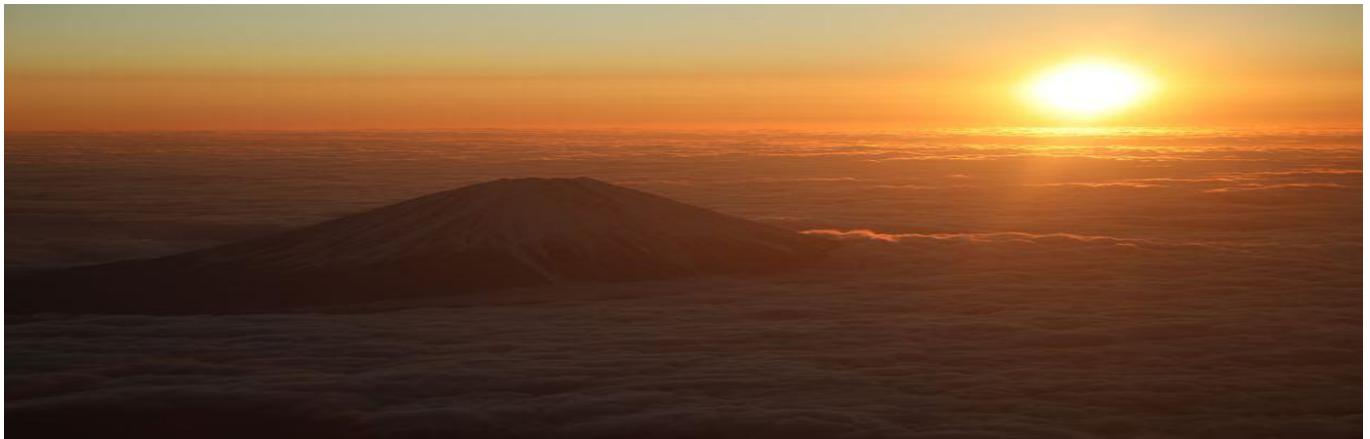
編集/発行 医療法人 健成会
坂井内科クリニック
〒910-4137 福井県あわら市中番 17-18

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



新年、あけましておめでとうございます。

本年もよろしくお願ひいたします。



こんにちは。皆様にはお健やかに新しい年をお迎えのこととお慶び申し上げます。旧年中は一方ならぬお引き立てを頂き、職員一同深く感謝しております。

昨年は全世界で新型コロナウイルス感染症が蔓延しました。日本では61年振りに東京オリンピック、パラリンピックが無観客で開催されましたが、多くの日本人ゴールドメダリストが誕生し、我々に感動を与えてくれました。一方4月からは新型コロナウイルスワクチン接種が医療従事者、高齢介護施設入居者、そして高齢者と順番に始まり、ちょうど東京オリンピックの開催直前にはそのピークに当たり、集団接種や個別接種に大忙しでした。10月、11月とワクチン接種もほぼ終わり、感染もおさまってやれやれと思っていたところ、オミクロン株の世界的な大流行です。

年末年始を過ぎてまた感染拡大も考えられ、またワクチンの3回目接種も始まります。落ち着かない、不自由な日々がまだ続くと思われまます。新しい年もウイズコロナで、今までと違った生活習慣が強いられます。体調管理にはくれぐれも注意を怠らずお過ごしください。 院長



2月下旬までお休み
みします



家庭菜園奮闘記

昨年の白菜はとてもジャンボで、右の写真のものは体重5.6kg身長40cmあります。鍋料理などに重宝していますが、腐らずに食べきれぬか心配です。大根も太すぎて漬物には不向きでしたが、なんとかかゆか漬けしました。



糖尿病のお薬を続けるためのコツは？

日本糖尿病協会発行 さかえ 2022年1月号より
那珂折念クリニック 院長 遅野井 健先生

糖尿病患者さんの95%程度を占める2型糖尿病の治療は食事療法と運動療法が基本ですが、これらを2~3か月続けても良好な血糖コントロールが得られない場合は経口薬や注射薬による薬物療法が追加されます。糖尿病は「治す」よりもコントロールする病気で、上手に付き合っていきましょう。薬物療法も上手に継続して行くことが合併症を予防し、「生活の質」を守ることに繋がります。経口血糖降下剤は、飲む時間、タイミング回数を間違えると効果が低下したり、低血糖を起こしたりします。服薬を忘れないコツは、内服時1週間分薬ケース間にアラームをセットする、食卓に出しておく、毎日持ち歩く鞆の中に数回分入れておくなど、生活習慣の一部になる工夫が大切です。薬の種類や服用方法などで、負担に思うことは主治医に相談しましょう。



アラーム付き薬ケース



予防注射 特定健診

令和3年度のインフルエンザワクチン接種は11~12月のワクチン出荷調整のため十分な在庫がなくご迷惑をおかけしました。現在若干の在庫がありますので、**1月31日までの助成期間内**でご希望の方受付までお申し出ください。



特定健診・がん検診（個別検診）

令和3年度の受診期間は**令和4年2月28日まで**となっております。

高血圧、糖尿病、高脂血症など生活習慣病で受診中の方も、年1回はがん検診を受けましょう。

新型コロナワクチン3回目 個別接種について。**2月1日(月)**から当クリニックにおいて個別接種を開始いたします。お手元に市からの接種案内及び接種券が届いた方は、記載してある**2回目の接種日から6か月経過**していることをご確認の上、ご予約下さい。

待 合 室

- A: あけましておめでとう。年末年始は記録的な寒波が来るといわれていたけど、この辺りはそれほどの積雪もなくてよかったね。
- B: コロナの感染拡大もそれほどでないと良いのだけど、年末の帰省ラッシュの映像などを見ると、世の中は緩んでいるからな。
- Dr: ワクチンはオミクロン株の感染を抑える力はなさそうだからマスクや手洗いなどの従来どおりの感染予防策をとって、3密にならないことを心掛け続けるしかないんだけど。



- A: ところで昨年末には大阪の心療内科医院が放火され多くの方が死んだ事件があったね。
- B: 自分が死ぬために、院長や職員、患者さんを巻き添えにした可能性が高いんだけどね。何か医院に恨みがあったのかな？
- A: 日本病院会が過去50年間に病院で起きた102件の火災について原因などを調査したら、最も多かったのは放火で33件だったそうだよ。
- B: 病気等の辛いことを誰かのせいにして恨みたい気持ちは分からなくもないが、その辛さを少しでも癒してくれるのが病院じゃないの？
- Dr: 諏訪中央病院の名誉院長鎌田實先生が言われた「良医」を目指せば恨まれることはないと思うけどな。B: 「良医」？ 検索しようっと

