

健

康

新

聞

2015年10月号
新聞係発行

特集 開業5周年！

島尻キンザー前クリニックは9月1日で開業から満5周年を迎えました。多くの困難を乗り越えてここまで来ることができたのも、スタッフ一同の献身的なサポートがあったお蔭様です。また、患者様のご支援の賜物と感謝いたしております。開業当時を振り返ると、台風襲来と電子カルテのトレーニングで大変だったことを思い出します。

9月から近隣の有料老人ホームの往診業務も開始いたしました。また一つ新しい診療風景が目の前に現れました。処方薬を届けてくれる門前薬局のサポート体制が大きく貢献してくれています。薬局、介護施設職員様ともコミュニケーションを密に取りながら、お互い足りない部分を補い合いつつ、患者様のニーズに合わせて診療を続けていく所存でございますので、ご指導ご鞭撻よろしくお願い申し上げます。

10月17日（土）の14時30分から夏の糖尿病患者会を予定しております。運動が苦手な方にもゆっくり無理なくできる「ゆるゆるストレッチ」を浦添大公園で行います。参加希望者は申し出て下さい。

さて、先月も健康教室が開催されました。下記に参加者からの感想をまとめましたので、次回希望者は受付または院長にお申し出下さい。

9月24日の健康教室からの感想とアドバイス

- ・60代男性： 暴食はほとんどないので、大丈夫と思っていた。
仕事をしていた時は結構運動（自転車通勤や犬の散歩）をしていたので、自信があった。
退職後に運動がガクンと落ちたのが問題だろう。
お酒も結構飲んで、毎晩晩酌をしていた。
今回、栄養指導も受けて、自分に適正なカロリーがあることが分かった。
→ 食事の内容を記録して次回来院すること。禁酒の結果良くなっている。
肝機能も悪かったので、しばらく禁酒すること。

時間割表

10月22日（木） 健康教室
2時間目給食あり

10月24日（土） 個人栄養指導

栄養指導担当講師

古川高子先生

石川絹子先生

<編集後記>

中秋の名月は綺麗でした。
朝夕涼しくなりましたが、
まだ残暑が続きます。気を
付けて運動しましょう。