

特集 さくら咲く！

正月から日本中を震撼させる大地震がありました。被災された方々の日常が早く戻るよう応援するとともに、亡くなられた方々のご冥福を心からお祈り致します。石川県出身の患者様もご両親が被災され、沖縄に受け入れる旨の話がありました。他人事には思えません。クリニックからも県医師会を通して義援金をお送りいたしました。近所の公園では薄いピンクの桜が咲き始めています。一足早い春を感じるとともに、一日も早い復興に「サクラサク」の言葉とともに贈りたいと思います。

沖縄も寒い日々が続きました。寒さと人の移動によりインフルエンザが流行し注意報が発令されています。コロナ患者よりもインフルエンザ患者さんのほうが重症感は強いようです。ワクチンを打っていれば症状は軽くすみます。ワクチン接種がまだな方は是非接種しましょう。

さて、1月も健康教室が開催されました。受講者の感想とアドバイスを下に書きますので、参考にして下さい。希望者は受付または院長にお申し出下さい。

1月11日の健康教室からの感想とアドバイス

- ・50代男性：糖尿病の合併症で車椅子生活に入った人を見たらビビる。意識が芽生えた気がする。将来の夢に向かってこれから頑張りたい。ドックの受けっぱなしが良くなかった。歯周病を治療したらとても良くなった気がする。
 - 食べるのが早いので、お箸を置くことでゆっくり食べることができます。寝る前に食べないこと、野菜を先に食べることを心がけましょう。歯周病と糖尿病は密接な関連があるので、歯医者さんは定期的に通院しましょう。

2月3日(土)	栄養指導のみ
2月7日(水)	栄養指導のみ
2月8日(木)	健康教室(弁当あり)
2月10日(土)	栄養指導のみ
2月14日(水)	栄養指導のみ
2月17日(土)	栄養指導のみ
2月21日(水)	栄養指導のみ
2月24日(土)	栄養指導のみ
2月28日(水)	栄養指導のみ

栄養指導担当講師

石川 絹子 先生
石垣 美和子 先生
比嘉 聡子 先生
城間 かおり先生

<編集後記>

共通テストも終わり2月は2次試験が始まります。多くの受験生がコロナ禍にあっても諦めずに頑張ってきました。「サクラサク」のエールを贈ります！