



新任の医師紹介

医師 新澤 克



はじめまして。今年の 1 月から弓削メディカルクリニックで勤務しております、新澤克（にいざわすぐる）と申します。

元々京都府にある医仁会武田総合病院で、総合診療科の専攻医として働いており、その研修プログラムの一環としてこちらで 6 ヶ月間勤務させていただく事になりました。



私は生まれてから長野・千葉・富山・兵庫を転々とし、福井県の大学に進学し、卒業後は京都で過ごしてきました。

こんな具合なので出身がどこかいつも迷うのですが、小・中・高と 12 年間に過ごした神戸の街が一番思い出深いので、兵庫県出身を名乗っています。

滋賀県には何度か旅行に来たことがあるくらいでしたが、今回ご縁があって半年間過ごさせていただくこととなり、とても楽しみです。

この土地についてはまだまだ知らないことばかりですが、豊かな自然と美味しいご飯がたくさんあると聞いているので、これからたっぷり堪能していこうと思います。



総合診療医を志した理由は色々ありますが、小さい頃に虫垂炎（俗にいう盲腸ですね）になった時、外来で対応してくれた先生が最初のきっかけと言えるかもしれません。

痛みで死ぬかもしれないと思いながら受診した時に、優しい言葉をかけながら丁寧に診察されたことでとても安心したことを覚えており、このような医師になりたいと思うようになりました。

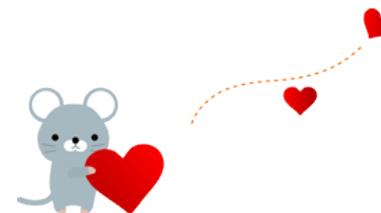


今は火・水の夕方外来を担当させていただきながら、それ以外の曜日にも臨時受診の方の診察をしております。

地域の皆様に安心させることのできる“かかりつけ医”を目指し、日々研鑽を積んでいきたいと思っております。

どんな些細なことでもご相談ください。

これからどうぞよろしくお願い申し上げます。





反応性低血糖

看護師 宮井 由里子

食事前になると、手が震えたり、何かしら不安を感じたり、汗が出たりすることはありませんか？糖尿病の治療薬を使用されていなくても、ごくまれにこういう症状が出る方がいらっしゃいます。こういう症状の時、食事をする・糖分を含んだジュースなどを摂取すると改善する場合は低血糖が原因と考えられます。

糖尿の気がある、正式には糖尿病予備軍の人に多く見られます。その理由の多くは、インスリンの分泌されるタイミングが遅れやすい為です。それを防ぐには、① 3食きっちり食べる、② 早食いをしない、③ 定期的に健診を受ける、などです。



お薬やインスリンによって糖尿病を治療している人は、特に低血糖に気をつけましょう。

どんなときに低血糖になりやすいかというと、炭水化物が少ない・飲酒・頑張った翌日・薬の飲み違いなどがあります。

糖尿病の食事療法や運動療法は、糖尿病と診断されていない人にとっても、とても大切な健康療法だと思っています。

健康とは、病気でないとか、弱っていないということではなく、肉体的にも精神的にも、そして社会的にもすべてが満たされた状態にあることをいいます。(日本WHO協会)

自分の身体は自分で管理して、今年1年健康に過ごしましょう。



医師の不在のお知らせ

【 2月 】

- ・ 3・19日 …………… 永嶋医師
- ・ 5日 …………… 一岡医師
- ・ 12・19日 …………… 稗田医師
- ・ 15日 …………… 中村医師
- ・ 15日～19日 …………… 宇都宮医師
- ・ 28日 …………… 大竹医師

【 3月 】

- ・ 3・17～24・31日 …………… 一岡医師
- ・ 7・8・22日 …………… 田中医師
- ・ 10～14日 …………… 園医師
- ・ 15日 …………… 中村医師
- ・ 17～21・24～31日 …………… 頼島医師
- ・ 21～24・27～31日 …………… 宇都宮医師



育児相談外来を行っております

毎週金曜日の14:00から育児相談外来(無料)を行っております。詳しくはホームページをご覧ください。

マイナンバーカードで受付をお願いいたします

受付に2台・かぜ外来に1台マイナ機器を設置しております。マイナンバーカードでの受付をお願いいたします。



糖尿病教室へのご案内

2月15日(土)14時～16時に「糖尿病教室」を開催いたします。参加費は無料でお土産もございます。参加希望の方は当日に弓削メディカルクリニックのラ・シエル(駐車場入って正面の建物)へ当日直接お越し下さい。