

特集 新型コロナワクチン元年！

新型コロナ感染症のワクチン接種が山場を迎えています。浦添市では「集団接種」が先行しており、県も大規模な「広域接種」を初めました。各クリニックでは通院患者や基礎疾患のある患者さんの「個別接種」が行われております。

通常ワクチンの開発には64ヶ月かかります。第1, 2, 3相試験を経てワクチン製造が開始されるのですが、このRNAワクチンは約1年で開発から接種までワープしてできたワクチンです。第1相試験の最中からワクチン製造を行っていたようで、必ず効果を発揮する見通しがあったのでしょうか。自己免疫力を引き出し、コロナ感染症に立ち向かいましょう。詳しくはホームページを御覧ください。

さて、6月も健康教室が開催されました。参加者は2名でした。緊急事態宣言発令中でしたので説明のみにしました。下に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。

5月13日の健康教室からの感想とアドバイス

- ・40代男性：合併症、特に透析が面倒だと思った。検査のこともわかった。
飲んだり食べるのが好きで、それが目的で働いているのでどうしたらいいか。
→ お酒と食事の量が多いので、少し減らす努力をする。主食も玄米などを。
- ・30代女性：ビデオをみて合併症が怖いと思った。主食も計って食べるようにしている。
早食いなので、それも直したい。
→ 職業柄間食が多くなる傾向にあるので、総カロリーを意識してほしい。

時間割表

7月3日(土)	栄養指導のみ
7月8日(木)	健康教室(弁当あり)
7月10日(土)	栄養指導のみ
7月17日(土)	栄養指導のみ
7月21日(水)	栄養指導のみ
7月24日(土)	栄養指導のみ
7月28日(水)	栄養指導のみ
7月31日(土)	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

<編集後記>

高齢者への予防接種が進んでいます。順次基礎疾患のある65歳未満の方にも接種券が郵送される予定です。当院通院者から個別接種を予定しています！