

みんなのクリニック

診療情報

- 北海道感染症情報センターによると、帯広のインフルエンザ患者数は減少してきているものの、未だ警報レベルです。うがい、手洗い等の予防を行いましょう。
- 50歳以上の糖尿病やその他の病気で免疫低下のおそれのある方へ、帯状疱疹の予防ワクチン接種を開始しました。予約が必要になりますので、受付まで。

栄養指導コーナー

当院では、管理栄養士による栄養指導を行っています。
ご希望の方は診察の際ご相談ください。《毎週水曜 予約制です》

野菜からパワーをもらって元気に暮らしましょう！！

野菜は、強い炎天下でも彩り綺麗に元気に育ちます。
“サビない力”をもっている抗酸化食品なのです。
免疫力も高まり、心も体も若々しくなれる嬉しい食材です。
意識して野菜を食べる習慣を作りましょう。

◆毎食、野菜料理を入れる2つの器を用意しましょう。
※とりあえず、2皿分の野菜料理を食する習慣を。
色を綺麗に2~3種類の野菜を使うと素晴らしいです。

◆朝は、貝たくさんのみそ汁(スープ)を食べてみましょう。
※貝材用に切った野菜を冷蔵保存して、朝に使う習慣を。
ワカメ・とろろ昆布・ふのり・磯のりなどの海藻も使ってみてください。

希望者にレシピを
差し上げます。
(スタッフのメニュー)



お知らせ

かちまいアカデミーにて講座を行います。

日時：4~6月 第3木曜日 19:00~20:30

講座：アンチ・エイジング講座

運転を続けるために努力していますか

~目・脳・運動器の若さを保つサプリと運動~

内容：視力を若く保つサプリ

脳力を若く保つ運動とサプリ

筋・関節・骨を若く保つ運動とサプリ

申し込み お問合せ：

かちまいアカデミー事務局 25-4000 まで

スタッフのほんわかひとこと

当院のホームページをご覧になったことがありますか？そこには休診の案内から「アンチ・エイジング・ドック」や「ビタミンC点滴」などの診療に関する詳しい情報が掲載されています。最近更新されたものでは、院内の様子を動画で見ることができるようになりました。撮影の際、「後ろ姿だけなら…」「恥ずかしいから…」とおっしゃりながらご協力頂いた患者さま方、本当にありがとうございました。お陰で無事完成しました。映像と一緒に流れる音楽もステキです♡ぜひ一度ご覧になってみて下さい。

「http://www3.plala.or.jp/m_clinic/」または「満岡内科・循環器クリニック」で検索
「診療案内」→「院内の様子」→「クリニック紹介ビデオ」

お休みします

*5月1日(火)、2日(水)は、海外出張のため休診致します。

5月7日(月)からは通常通り診療致します。

*6月22日(金)は、日本抗加齢医学会出席のため休診致します。

※ 休診の間にお薬が切れてしまう方には早めに処方いたします