

## ごあいさつ

はじめまして、しらき内科クリニックの院長 白木 晶（しらき あきら）です。令和元年12月3日に、一宮市大和町苅安賀にしらき内科クリニックを開院しました。専門は呼吸器内科ですが、総合内科専門医とアレルギー専門医の資格も持っています。

呼吸器内科って、あまりなじみがないかもしれません。肺と気管支を主体に診療をします。症状としては、咳や痰、息切れや発熱が多いですし、病気としては、気管支喘息や慢性閉塞性肺疾患（COPD）が多く、総合病院では間質性肺炎、肺癌の方もたくさん診療していました。対象となる臓器は肺なのですが、肺は他の臓器の影響も受けやすく、全身を診ながら総合的に考えることも多いです。なので、総合内科医としての知識も必要になりますし、その経験を今後も活かしていきたいと思っています。

総合病院で勤務している時は、たくさんの患者さんを診察させて頂いていましたので、個々の患者さんと時間をとってお話できる機会がなかなか取れませんでした。クリニックを開院した今は、ゆとりをもってお話しすることもできますし、訪問診療も可能です。皆さんと話し合いながら、寄り添っていくような診療ができればと思っています。どうぞ、よろしくお願いします！

## スタッフです！よろしくお願いします！



院長



## 白木医師に聞いてみました！

Q：出身地はどこですか？

A：岐阜県岐阜市です。

Q：医師を目指した理由は？

A：人を助ける職業に就きたかったからです。

Q：クリニック開院前はどこで勤務していましたか？

A：大垣市民病院の呼吸器内科に勤務していました。

Q：休みの日はどんな過ごし方をしていますか？

A：子供の野球を観に行っています。

## 新型コロナウイルス感染症に備えて、今できること

新型コロナウイルスが小康状態の今、私達にできることは何でしょうか？

油断は大敵、普段から手洗い、うがい、マスクの着用は続けましょう。できるだけ混雑を避け、人との距離をとることも大切です。免疫力を上げるためには、適度な運動と十分な睡眠と食事が欠かせません。逆に、運動不足や睡眠不足、バランスの悪い食事、精神的肉体的ストレスは、免疫力を低下させますので気を付けましょう。現在治療中の病気がある方は、病気のコントロールをしっかり行いましょう。新型コロナウイルスが重症化する因子として、慢性閉塞性肺疾患（COPD）、糖尿病、心臓病、脳血管障害、がん、高血圧、タバコを吸う人、が挙げられています。これらの病気をできるだけ良い状態にしておきましょう。禁煙も、これを機会に是非考えて下さい。そして、ワクチンの接種をお勧めします。新型コロナウイルスと肺炎球菌性肺炎やインフルエンザの合併も知られています。特に肺炎球菌ワクチンについては今のうちに接種することをお勧めします。みんなで、この災禍を無事に乗り切りましょう！！

院長 白木晶

## 後期高齢者保険証 が変わります。

8月から後期高齢者被保険者証が変わります。ご注意ください。  
また、保険証の変更時は、お知らせください。

## 住民健診実施中！

特定健診・後期高齢者健診実施中です。当院では、検査結果に影響が出るため、朝食を食べずに来ていただいています。時間は1時間程度かかりますので、予約をとってお越しいただいています。肺がん検診・大腸がん検診・前立腺がん検診結核健診・肝炎ウイルス検査も行ってあります。詳しくはスタッフまでおたずねください。

## お盆休みのお知らせ

赤は休診日です。



日	月	火	水	木	金	土
9	10	11	12	13	14	15
				←夏季休暇→		
16	17	18	19	20	21	22

## 熱中症にご注意を！

屋外の作業や運動だけでなく、高温・多湿の屋内でも熱中症は起こります。エアコンや扇風機を上手に使いましょう。外出時は無理をせず、こまめに休憩をとり、喉が渇く前に早めに水分補給をしましょう。成人の必要量は一日1500mlと言われています。汗をかくと、さらに多くの水分を取ることが必要になります！



## イベントのお知らせ

7/16 14:30～ ほほえみ薬局にて行われる健康教室にて、白木医師が講演します。今回は、高血圧についてです。8/20 には、高脂血症についての講演を行います。

## クイズコーナー

①この漢字は何と読むでしょう？

胡坐 労わる 肯く  
口遊ぶ 円やか 心太

②□に漢字を入れて四字熟語を完成してください。いくつ思いつきますか？

—□—□

## しらき内科クリニック

☎ 0586-82-5520

WEB <https://shiraki-cl.com/>