

# はりえんじゅ

坂井輪診療所健康友の会  
五十嵐支部  
合同通信 No.175 2021.9.2  
電話 269-2339  
会員世帯数 210世帯 (4月1日現在)



## コロナ禍の健康診断

今年度もはや9月です。坂井輪診療所での今年度の特定  
健康診断受診者数は、順調に推移しているそうです。  
幹事会での報告によると(実績/目標)次の通りです。  
4月: 71/55, 5月: 68/75, 6月: 93/100, 累計: 232/230  
昨年の状況とは、様変わりです。診療所の感染対策と、受  
診する人もそれなりに学習して、むやみに恐れなくなっ  
たのだと思います。

「いつでも元気」9月号  
の「お金を掛けない健康法」に  
よれば、診断、治療の遅れ  
は、治療費の面でも負担と  
なります。たとえば、大腸  
癌手術で済みますが、進行性  
だとともにもに、入院期間も治  
療費も10倍くらい違っ  
てきます。



慢性病の早期発見・早期  
治療は成人の健康管理上、面  
また、コロナ感染対策の面  
からも重要だとのこととす。

## 介護・医療よろず相談は

「地域包括支援センター坂井輪」☎269-1611  
五十嵐中学校区・坂井輪中学校区の皆さんの窓口です

## 始まります

# 健康チャレンジ

## 2021

8月にお届けした診療所からの便りに折り込み  
であった厚手の案内をご覧になりましたでしょうか。  
説明をよくお読みになって、参加申し込みの  
はがきを書き投函して下さい。

チャレンジしたことを記録して結果報告書はが  
きに記入して後日、投函します。ご自分一人でも、  
家族でチャレンジしても良いようになっています。  
昨年は、坂井輪支部で、548人参加。その  
うち五十嵐支部は、86名でした。これだけでも、  
素晴らしい成果だと思えますが、会員と家族、地  
域ぐるみで出来そうなことかから始めていきましょ  
う。

昨年の参加者の感想を「明るい医療」8月号か  
ら抜粋してみます。

- 一週間過ぎた頃から身体が楽になったようです。  
今後も継続して継続し習慣にしたい。
- 家族で声をかけながら出来て楽しかった。ちょ  
っぴり疲れたので続けたいです。
- 「チャレンジ記録」への記入を意識していたら、  
毎日続けることが出来た。記録、報告、参加費が  
励みになりました。

9月の課題図書は、「暗夜行路」  
志賀直哉著 (新潮文庫)  
期日 令和3年9月16日(木)  
九時半~十一時半  
会場 寺尾上町自治会館 2階和室

## ■ 光は見えるか? ■

新型コロナウイルス感染症の収束はどのよ  
うにして訪れるのでしょうか  
菅首相は、光が見えてきたと言いました。  
どのように見えてきたのかお聞きしたいと  
ころですが、説明がありません。  
光は見えてなくても、この先どのような経  
過をたどって収束するのか。  
有効なワクチン接種が進み、人々の身体に  
抗体が出来、集団免疫が出来たら半分で抗  
ろうか。ワクチンを二回打っても半年で抗  
体も半減するとか。三回目も打たなくては  
ならないと報道されています。  
10月には、安達先生をお招きして健康  
講話をお願いしたいと思います。

## 健康余話

### 「接種抽選の行列、我慢強い若者」

■後遺症が、怖くてやらな  
い人もいると聞くが、行列を  
つつくつてまでもやりたいとい  
う若者もいる。それも、予約  
の抽選のための行列だという。  
抽選で当たらないかも知れな  
いのだ。それでも並ぶという  
から忍耐強いと思う。  
結局、ワクチンが間に合わ  
ないということか。――

■陽性者も軽度の人は、自  
宅療養にするという。この方  
針、弊害が出る、変えよう  
が、悪化して、入院先を探して  
も、見つからず、間に合わな  
くて命を奪ったということ  
もあつたのではないか。事実  
そうなんても変えようとしな  
い。

■ニュージーランドのアン  
ダーソン首相は一人の感染者  
確認で全土ロックダウンを決  
めたという。実行の意味を自  
身が理解している。何のため  
にやるのか国民に説明できる  
からこそ厳しい措置も受け入  
れるという。