

新型コロナウイルスワクチン接種後に  
新型コロナウイルスワクチンの接種が5月から始まっています。特に大きな混乱もなく、会場も落ち着いた雰囲気の中接種が行われています。会場が大変熱くなるため、接種前に気分が悪くなる方がいらっしゃいました。水分摂取など暑さ対策をすることと、体調が悪い場合は無理をされずキャンセルすることも考えてください。今後もワクチン接種は継続されるので、接種を急ぐ必要はないでしょう。今後はクリニックなどでの個別接種も行われるようになるということです。当院でもかかりつけの患者様については院内での接種を行う予定です。現在のところスケジュールが不明ですので、分かり次第お伝えいたします。

ワクチン接種後はどのように過ごされますか？真夏はもうすぐそこです。今年は例年より熱くなる予報がでています。これまで自宅に閉じこもっていた方はぜひ今のうちに外出し、ウォーキングなどの運動をしておいてください。

どの程度歩いたらよいのか？今回は、それに関する論文がありますので、ご報告します。

<お知らせ>

5月よりインターネットでの予約ができるようになりました。再診の方は月・火・木・金の午後と土曜日の午前中の予約が可能となっております。HPもしくは下のQRコードから予約をお願いします。

診察待ちの場合は院外からでも順番がわかります。ぜひご利用ください。



(予約サイトはこちら)

## しみず内科クリニック

日本循環器学会専門医・認知症サポート医

院長 清水 一郎

北九州市八幡東区荒生田2丁目2-14

電話；093-651-6125



# 院内報

June 1<sup>st</sup> 2021

No.27

院長 清水 一郎

