



# こぶしの花だより

2025 年 11 月 Vol.82

さっぽろ山鼻  
内科・糖尿病 クリニック

バックナンバーは  
こちらから⇒



令和 7 年 11 月 15 日で 『開院 1 周年』を迎えます！



日頃からご支援ご協力を下さり、心より感謝申し上げます。今後どうぞ宜しくお願いします。

## ☆ 今月のお知らせ ☆

### ◆11 月の変更について

11/27 (木) の午後の開始時間は、15:30 からです。(伏見小新 1 年生就学前検診のため)

### ◆12 月・年末年始の休診について

12/2 (火) は休診です。

12/30 (火) ~1/4 (日) は年末年始のため休診です。(※年始は 1/5 (月) からです。)

### ◆インフルエンザワクチンについて

詳細は当院ホームページをご確認ください。

接種予約専用電話番号 **070-8450-5563** (8:30~11:30、13:30~17:00 水土除く)

時間帯などによっては電話が繋がりにくい場合もありますことを何卒ご容赦下さい。

※当院代表電話へのインフル予約電話はご遠慮下さい。

ネット予約はこちら



### ◆院内でのマスク着用にご協力をお願いします。

当院は、基礎疾患をお持ちの方やご高齢の方、血糖コントロールが必要な妊婦さんなども多数受診されています。重症化リスクの高い方への感染を防ぐためにもマスクの着用をお願い致します。

### ◆血圧測定した用紙は看護師にお渡しください。

お手数をおかけしますが、血圧測定した用紙は受付には出さない様にお願いします。

### ◆駐車について

駐車は枠内をお願いします。また、バス通り側の駐車ではほかの車両や通行の妨げになる場合、移動をお願いすることがあります。



## 果物の適量



1 日どれか 1 種類(80Kcal)が適量です。手ばかりでの目安は、握りこぶし 1 個分です。

半分



7粒



2個



小さめの干し柿  
1 個 (30g)



注意！高カロリー

1 個

