



こぶしの花だより

2026 年 8 月 Vol.91

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⇒



◆8月の夏季休診について ☆ 今月のお知らせ&お願い ☆

8/13(木)～8/16(日)まで休診です。※この期間中は電話でのお問い合わせはできません。

◆当日予約時間より早く来院されても予約の時間順です。順番までお待ちください。

当院は予約制です。他にご予約の患者さんもおられますので、当日に受診を早めることはできません。緊急な場合は、前日までにお電話でご連絡ください。※ご予約の方が多い場合には、ご希望に添えない場合もありますのでご了承下さい。

◆7月から脳の健康チェック「ミレボ」を導入します。(対象年齢 40 歳以上)

ミレボはタブレット画面を見つめる簡単な検査です。約 3 分で脳の健康チェックができる画期的な医療機器プログラムです。将来の認知機能のリスクを AI 技術を使って客観的にチェックできます。ご興味がある、やってみたいという方はスタッフにお声掛け下さい。
事前予約制：自費の方で二千円です。

◆当院では、糖尿病合併症予防のために歯科・眼科への受診をお勧めしています。

すでに眼科や歯科への定期受診をしている方は、**糖尿病連携手帳への記載**をお願いしています。どこへ通院するかわからない方は、主治医かスタッフにお声掛け下さい。

◆処方箋の有効期限は **4 日間**です

院外処方箋の有効期限は**発行日含め 4 日間**です。これを過ぎた場合は、理由の如何を問わず無効となり、再処方全額自己負担となりますので、十分ご注意下さい。

夏の定番！ そうめんのカロリーと適量

約 230Kcal
1.5 束(75g) = 白飯 150g

約 330Kcal
2 束(100g) = 白飯 200g

(これは一束 50g の例です。一束が 50g より多い物もあるので確認してから参考にして下さい。)



8月旬の果物 メロン・スイカ

とうきび

1 本 300g(140kcal・糖質 25g)

