



芦屋®いいだ内科クリニック NEWS



〒659-0065 芦屋市公光町11番5号 芦屋山下ビル3階 ☎0797-61-8767

- 一般内科
- 消化器内科
- 内視鏡内科
- 大腸・胃カメラ検査
- 運動療法
- 栄養療法

5月病ってなに？

4月から新生活がスタートしたという方も多いのではないのでしょうか。ゴールデンウィークが終わりひと段落する頃から、やる気が出ない…気持ちがふさぐ…など“5月病”と呼ばれる症状が現れる方がいらっしゃいます。“5月病”は正式な医学用語ではありません。医療機関では「適応障害」「軽度のうつ」といった診断名がつけられることもあります。多くは一過性の症状であり、適度な休息や軽い運動などで改善されることがほとんどですが、生活に支障が出るような場合は早めに医療機関の受診をしましょう。当クリニックでは、症状に合わせて内科的診察のもと栄養療法や運動療法などで不調に関して自身の治癒力、対応力をアップさせる方法もご提案いたします。



開院1周年記念キャンペーン(5月末まで)

ファスティングチョコレート

血糖値が気になる方、ダイエット中の方に院長がお薦めするチョコレート入荷しました♪白砂糖や食品添加物を使用せず、風味豊かな旬のカカオや低GI値なアガベシュガーを使用し生クルミの歯ごたえも楽しめる贅沢感のあるチョコレートです。ネットショップで売り切れ続出の人気商品です。通常2,500円のところ5月末まで期間限定2,000円で販売いたします。詳しいチラシをお渡しいたしますのでスタッフまでお声がけください。



AGEs測定無料

当クリニック受付横に設置しております、AGEsセンサで体内の糖化が測れます。健康番組などでよく取り上げられ、注目度が上がっている糖化。体がサビる事を酸化というのに対し、体が焦げる事を糖化と言います。タンパク質と糖が結びつき老化物質(AGEs)がつくられ、体内に蓄積するとしなやかさが失われ動脈硬化・骨粗鬆症・肌の老化などの症状が現れます。まず現状を知り速やかな治療や予防への一歩を踏み出すことが大切です。計測はスタッフや看護師にお声がけください♪



5月 いいだ内科クリニックの運動カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

☺ …午前
☺ …午後

患者さまの症状にあわせてご紹介しております。お気軽にご相談ください！

◇◆5/29(水)は松田先生の運動教室の無料体験会です◇◇
内科で受けられる運動ってどんなの？この機会に是非ご体験ください。詳しくはスタッフまでお問合せください！
予防医療が健康の第一歩！

☆ ご好評いただいております ☆

メディカル発想の運動プログラム

- 松田先生 月～土 9:00～12:00 2,000円～
【メディカル運動教室】
- ほりえ先生 7・14・21・28日(火) 13:00～14:00 2,500円
【リンパマッサージヨガ】
- 飯田院長 22日(水) 13:00～14:00 500円
【RACS運動教室】



←HPIはこちらから



Facebook・アメブロもやっています♪



詳しい内容についてはお問合せください♪