



1位というショッキングな沖縄県の現状をみて、社内において、肥満・食生活・運動指導を通してメタボリック・シンドローム、特に死の四重奏を起こさないよう、これを次の目標にして取り組んでいきたいと考えています。

現在、私は毎朝30分～1時間程度の運動を自分に義務づけて、それを日課の最重要事項と決めて実行しており（おかげでこの5か月で4kg体重減少）、あいた時間は買い物・読書・

テレビ・孫と遊んだりしてゆっくり過ごしている状況です。

32年間診療所間連携・病診連携でたくさんの先生方にお世話になりました。この場をお借りしてあらためてお礼を申し上げたいと思います。本当に長い間大変お世話になりました。有難うございました。また、今後ともよろしくお願ひ申し上げます。



お知らせ

感染症情報

所管課よりお知らせ

※ 新型コロナウイルス感染症関連の対応の為、当分の間週報の還元を休止させていただきます。申し訳ございませんが、ご了承の程よろしくお願い致します。

なお、沖縄県感染症情報センターでも沖縄県の感染症情報を更新しておりますのでご確認下さいませよう、宜しくお願い致します。

【 <https://www.pref.okinawa.jp/site/hoken/eiken/kikaku/kansenjouhou/home.html> 】

