

# あっぷる子育てブルブル通信



きうち産婦人科医院  
〒329-2145  
矢板市富田548-1  
TEL 0287-43-5600  
http://www.kmc.med-apple.co.jp

アルテミス宇都宮クリニック  
〒321-0118  
宇都宮市インターパーク5-1-9  
TEL 028-655-5600  
http://www.auc.med-apple.co.jp

ももやこどもクリニック  
〒321-0118  
宇都宮市インターパーク3-6-1  
TEL 028-654-2929  
http://www.mkc.med-apple.co.jp

## 医療法人アップルのメルマガ復活

メルマガ登録URL→ <http://www.med-apple.co.jp/mlmg/>

夏至を過ぎて今年も残すところあと半年になりました。年を取ると本当に時が流れるのは速いなと感じます。昨年の夏も節電で苦労しましたが今年の夏は消費税の増税や原子力発電の再稼働など国論を二分する大きな問題でもっと暑くなりそうです。季刊で発行している医療法人アップルのニュースレター夏号をお届けいたします。季刊では予防接種の変更など新しい情報を届けるのにタイムラグが生じてしまうということで、6月に医療法人アップルのメルマガ「あっぷる子育てブルブル通信リバーズ」を再発行いたしました。これに伴って医療法人アップルのホームページも全面的に改装いたしました。その内容は、1. ニュースをまとめた「ス

クラブブック」 2. 皆様の疑問に答える「Q&Aのコーナー」 3. 過去のニュースレターやメルマガを読むことが出来る「ブルブル通信バックナンバー」 4. 産婦人科診療に係わる意見をまとめた「オピニオン」の4つのコーナーです。ホームページ（医療法人アップルサイト <http://www.med-apple.co.jp>）の記事を読むためにはIDとパスワードの入力が必要ですので医療法人アップルの活動に関心があるというかたは是非メルマガ登録をしてください。PC以外でも携帯・スマホでも登録は可能です。

ホームページにも掲載しておりますが、平成24年5月27日（日）に開かれた栃木県産婦人科医会第39回定時総会の中で、お

ぎゃー献金贈呈式が開催されました。施設補助金500万円があしかがの森足利病院、そして障害発症予防のための研究補助金200万円が自治医科大学産科婦人科学教室に送られました。足利病院では障害者が車椅子でも利用できるバスの購入を予定しているということでした。医療法人アップルではこれまできうち産婦人科医院とアルテミス宇都宮クリニックで出産された皆様から多くの献金を寄付していただきましたがこのようにおぎゃー献金助成金が栃木県内の施設に交付されたことは本当によかったと思います。これからもよろしく皆様のご協力をお願いいたします。

医療法人アップル  
理事長 木内 敦夫



## ももくり通信

～小児科医からのアドバイス～

### お母様からの贈り物 ～へそのおについて～

妊娠中、お母様と赤ちゃんは臍帯（へそのお）で結ばれていますね。へそのおを通して送られるものは、酸素や栄養だけではありません。抵抗力のない赤ちゃんが、外の世界で生きていくのに必要な免疫力が、免疫グロブリンという形で贈られています。生後しばらくの間は、この免疫力が赤ちゃんを外敵から守ってくれているのです。この免疫はある意味、お母様の免疫力のコピーとも言えますので、母親になる方は妊娠前に予防接種などを受けて、十分に抵抗力を付けておくことが肝心です。最近、風疹に対する抗体を持っていない若い女性が増えてきております。風疹は胎児

に重大な危害を及ぼすウイルスの一つですので、十分な注意が必要です。さて、お生まれになってからこのへそのおは切られてしましますが、大切なものなごりですので、ご家庭ではどうぞ丁寧にケアをしてあげてください。時にへそのおがとれた跡が赤い肉芽になることがあります。その場合はクリニックにて処置をさせていただきます。



ももやこどもクリニック  
院長 桃谷 孝之



ご協力ありがとうございました



平成24年3・4・5・6月  
きうち産婦人科医院  
アルテミス宇都宮クリニック

合計総額 ¥64,205\_

ご献金頂いた方々

- 増淵みどり様・工藤美香様・平山知春様
- 矢田部聖美様・長谷川和正様
- 加藤一枝様・松浦友香様・三上祥平様
- 間彦仁美様・海原陽平様・鱒淵様
- 塩田幹様・福田かおり様・高野久美子様
- 高山様・金久保小百合様・松本暢子様
- 藤田光秋、恵美様

その他匿名の皆様方

## ぴっころ通信

～さとるっち園長からのメッセージ～

### 「入学式」・・・何か変だぞ！ 【前編】

4月の小学校入学式。各校へ参列した保護者から「ぴっころの子はしっかりしている・きちんと話を聞いている・動かない・返事が大きい・君が代が歌える・フレンドリー・凛としている」等たくさんのお褒めの言葉を。それとは逆に近年気にかかることも多々。…最初なので小学校の先生は慎重に優しいアプローチであるためか、入学式の時にじっとしてられない子が目立つ。脚を組む・ふらふら動かす、隣の子とおしゃべり、いつもキョロキョロ、…それまでいった



いどんな生活・活動をして、何を育ててきたのだろうか？と疑問に思う・“子供はのびのびと”の言葉は名目で実はただの放任？・責任上、何よりも安全第一主義で心身ともに未発達？・早期教育優先で、友達と戯れて夢中で遊び込む時間や空間が皆無？・“躰”を大義名分に恐怖政治ばりの怖い先生管理の元、“怒られるからひとまず黙ってしよう”と大人の目を気にしながらの生活？・好奇心に寄り添わない保育、試行錯誤して成長させる機会など存在しない、おしつけ指導のオンパレード？・園体質が先生の良さを発揮できない環境？・共同制作のようなガッチリ子ども力を発揮できる活

動を経験していない？・寺子屋や学校式の机を導入して物理的に前を向かせる疑似集中力？（先生に魅力があれば自然と子供は振り向き、ついてきてくれる。私の中学の母校では集中しやすいような机のレイアウトを生徒達で考え“コ”の字等にして友達のエネルギーを感じ、高めあえる授業を。一歩進んで）等々…様々な原因はあるが「個々に言われなくても自分自身の判断でTPOがわかり、それに沿った行動がとれる心身になっていない。【後編へつづく】

社会福祉法人アップル  
ぴっころ保育園 園長 山中悟



# アルテミス宇都宮クリニックフルフル通信

## 子宮がん検診について

子宮がん検診には、子宮の入り口を軽くこすって細胞をとる「子宮頸がん検診」と、子宮体部に細い管を挿入して細胞をとる「子宮体部がん検診」の2種類があります。

当院では、宇都宮市と上三川町の個別検診医療機関となっております。

宇都宮市は、5/1～翌年3/31  
上三川町は、7/1～12/31

が対象期間です。

自宅に送られてくる「がん検診受診券」と保険証をもって、受診してください。なお、毎週火曜日、第3土曜日が腫瘍外来となっております。（都合により変更となる場合もあります。）

“がん”というものは急になるものではなく、少しずつ異常の程度を高めていってなるものです。また、初期には無症状であることが多いので、定期的のがん検診を受けることで、がんになる前の段階で判断することが可能です。



早期のうちに発見して治療すれば、ほとんどの治療が望めます。

1年に一度は、子宮がん検診を受けましょう。

検査技師 平井 玲子



## 逆子のはり・きゅう治療について

近年、女性の多くの悩みや疾患に対応できる医療として、東洋医学（鍼・灸）の効果が注目され、産科における鍼灸治療・研究も数多く行われ、有効性も認められています。当院でも、2年前より、四谷左門町鍼灸院 自治医大・麻酔科医の中野先生にご協力いただき、逆子の鍼灸治療を行っています。

鍼灸治療はまず、お灸・温灸を使い、温めることから始めます。逆子の方は、手足やお腹の冷えを感じている方が多いからです。足のツボに刺激をすると、下肢の温度が上昇し下肢血流が増えることで冷えが改善され、それに伴い下腹部、

子宮骨盤内の血液循環が増し子宮筋の緊張を和らげその結果、胎動の増加が胎児の回転を起こしやすくして

いると考えられます。

逆子治療の代表的な『三陰交(内くるぶしのツボ)』は子宮や卵巣に働き、ホルモンのバランスをコントロールするなど、大切な働きをします。

その他冷え症・婦人科疾患にも良い効果のあるツボで、産婦人科領域における重要なポイントとされています。

足のツボにお灸をすることで、毎日刺激ができ、冷えなど症状の緩和により妊娠状態の安定を保つ助けになるとしています。

これからの時期、冷房がかかった空間で過ごす事も多くなりますね。まずは身体を冷やさないう心がけ、食事にも気を配りましょう。鍼灸治療は28週～36週に治療を受ける事が多いようです。

逆子の妊婦さん、質問・詳細等、お気軽に外来スタッフに相談下さい。

看護師 川田 みゆき



## アルテミス宇都宮クリニックのECO事情

昨年に引き続き今年もまた、“節電”の暑い夏がやってきますね。アルテミスでは、昨年“地下水”を利用した「自動散水システム」を導入しました。建物屋上と斜面の芝生には早朝から、中庭は朝8時から3時間おきに1日5回、散水を行っています。暑い日には、キラキラと光る散水を追いかけるお子様がいて、その笑顔はとても可愛らしく、環境はもちろん、人にも優しいひとときを与えてくれます。



●夏季休診（お盆休み）のお知らせ  
8月14日(火)～16日(木)までお盆休みとさせていただきます

●アクア&フィットネススタジオからお知らせ  
6月よりアフタープログラム(産後)を有料とさせていただきますことになりました。事前に、回数券(利用10回分 ¥3,000円)を事務受付にてお買い求め下さい。

## プレママ教室・腫瘍外来 日程

7月 JULY



母親学級 (※要予約)

わかばコース	11(水) 10:00～
つぼみコース	4・18(水) 10:00～
青りんごコース	6・20(金) 13:30～
赤りんごコース(パパママ)	8・22(日) 10:00～
桃りんご	13(金) 13:30～
ベビーマッサージ	2・9・23・30(月) 13:30～

腫瘍外来

毎週火曜日 香坂医師 / 21(土) 大和田医師

8月 AUGUST



母親学級 (※要予約)

わかばコース	8(水) 10:00～
つぼみコース	1(水) 10:00～
青りんごコース	3・17(金) 13:30～
赤りんごコース(パパママ)	12・26(日) 10:00～
桃りんご	10(金) 13:30～
ベビーマッサージ	6・20・27(月) 13:30～

腫瘍外来

毎週火曜日 香坂医師 / 18(土) 大和田医師

9月 SEPTEMBER



母親学級 (※要予約)

わかばコース	12(水) 10:00～
つぼみコース	5・19(水) 10:00～
青りんごコース	7・21(金) 13:30～
赤りんごコース(パパママ)	9・23(日) 10:00～
桃りんご	14(金) 13:30～
ベビーマッサージ	3・10・24(月) 13:30～

腫瘍外来

毎週火曜日 香坂医師 / 15(土) 大和田医師



・土曜日の腫瘍外来(大和田医師担当)につきましては先生の都合により変更になることもあります  
・その他日程など詳しくは医院窓口までお問合せ下さい