



## ももクリ通信 「ロタリックス」について

ロタウィルスの重症化を予防するワクチン『ロタリックス』が、今年の11月に始まりました。ロタウィルスは、冬に胃腸炎をおこすウィルスのひとつで、小さい子は重症化しやすく、入院することもあります。



生後6週から24週までに、4週間の間隔を空けて2回の接種が必要になります。(1回目は生後20週までの接種が必要)

任意接種となり、当院では、1回¥14,000円になります。他にも、必要な予防接種がたくさんありますので、できるだけ早めに接種しましょう。妊娠中に、予防接種の計画を立てておくことをおすすめします。

医療法人アップル ももやこどもクリニック  
看護師 蓬田彩香

## ぴっころ通信 ~さとるっち園長からのメッセージ~

「筑波山アタック 年長児レポート」

さる10月7日、爽やかな秋空の元、ぴっころ冒険教育の一環として年長児が筑波山に登った。まずバスの窓から見える山の大きさに驚き、登山口でPETZLのヘルメットを装着した途端、ちょっとした緊張感がはしり気分上々。途中、台風爪痕があり、自己推定?樹齢400年位の巨木がなぎ倒されて、その切片をみるだけでも、「ギョッギョッギョ」と音が聞こえるようであった。そしてすぐ巨石が絶妙のバランスで落下せず立岩に横たわりトンネルを形成。いずれも映画のワンシーンに出てくるようなシチュエーション(樹木が生成するフィトンチッドも相まって、ここはパワースポットであると感じる)。小鳥の囀りがたくさん聞こえてくる場所。前々日の雨で水が滲みだしているところ。風が通り抜ける場所と空気が淀む場所。連続する大きな岩等、様々なありのままの自然の姿を五感で感じていく。

子供たちは出発前、幾つかの山登りルールを聞いて出発した。他の登山者への挨拶。くつを濡らさない(パワースポットにつながる)。石等を落とした時には声を出す。先生も含めた27名はチーム、全員が必ず登れるようにする。励ましあうetc.

途中2回ほど集合して実地ミーティング。「登る道には必ずマークがある。この山はこのピンクのテープ。もし迷っても落ちて行動する」「黒光りしている岩はすべる...人が歩いてツルツルに...」ミーティング後のその箇所を見つめたときに「あそこにあった〜」「あーほんとはスベル〜」と声をあげていた(聞いて「見て触れて感じていく)。祠を見つけては、一人ひとり安全登山を祈願して見えざる神々を崇めた。純粋にお願いするスピリチャルな側面でもあった。

先頭を切る私のすぐ後を隊長になった子が追歩。「鎖を持って...」「手をしっかり使って」「ここは集中して」等、私の指示をすぐに後方へ大きな声で伝える。体力もあるので、つつい先へ先へと早く歩きがち。「隊長は時々振り返り、仲間を見守り、スピードを合わせる...」等のリーダー学が伝授されていく。

さすがに普段しっかり遊び込んでいるので、心身共にタフな子供たち。頂上に着いても「もっと登ろう!」との声が...。家々が小さく見え、天と地が地平線となって交わる関東平野の圧倒的な壮大さを全身で感じながら、下界を見下ろすその表情は達成感で少し誇らしげでもあった。山頂付近の展望広場でのランチブレイク。午後になり少し風の音が増したが、澄んだ空気と一緒に食べるお弁当は正に三ツ星。自分自身、天空の中でしっかりと転地効果も感じる事ができた。下山し平野部の優しい陽射しの中、筑波山を見上げ万葉ロマンに浸りながらバスを走らせたが、そのセンチな大人の想いとは対照的に、山小屋で歌いながら陽気に語り合うアルピニストのような子供たち...大騒ぎ!理屈抜きの心に響かせる生きた総合的学習がここにあった。



TEAM PICCOLO

社会福祉法人アップル ぴっころ保育園 園長 山中悟

## 栃木県周産期システムの危機的状況について

新年あけましておめでとうございます

昨年は3.11の大震災とその後発生した福島原子力発電所の事故のために本当に大変な一年でした。今年は東北地方が一日も早く復興することを祈ります。また赤字国債、TPPなど経済的にも厳しい状況が続く中で、一番大切な日本国民の健康がないがしろにされないように注目していかなければなりません。

医療法人アップルでは、2011年に矢板市と宇都宮市の2つの産科施設で年間1100名を超える出産がありました。大きな事故もなくみんなが無事出産できたのは、栃木県内の多くの病院が協力していただいているおかげです。栃木県の周産期医療システムは、いち早く自治医大と獨協医大に2つの総合周産期センターが立ち上がり、県内搬送のためのネットワークが確立されたおかげで、全国的にももっともすぐれたシステムと評価されてきました。

ところが、昨年暮れになって、獨協医大から産科医師不足のために、これまでのようには十分に患者の受け入れができなくなるという連絡がありました。基本的には正常産などリスクの低い患者さんは他の医療機関に任せて、獨協医大はリスクの高い3次医療機関として、規模を縮小して運営を続けていくということなのですが、多くの2次医療機関が縮小傾向にあるという状況もありいささか不安が募るところです。

1次医療機関として位置づけられる医療法人アップルの2つの産科施設、きうち産婦人科医院(矢板市)とアルテミス宇都宮クリニックはその責務を果たすことによって今年も地域医療に貢献していくつもりです。当院にかかっている患者様であれば、どのような時でも、まず電話でご相談ください。24時間待機している当直者(医師、助産師、看護師)が、適切な指示をいたします。必要がある時は当院を受診していただきます。当院で対応できない場合には他の2次、3次医療機関をご紹介しますことになるかもしれませんが、とりあえず当院にご相談ください。

医療法人アップル 理事長 木内敦夫



### おぎや献金

ご協力ありがとうございました!!

平成23年9月・10月・11月・12月の  
きうち産婦人科医院とアルテミス宇都宮クリニックの  
合計総額は¥45,595-でした。

ご献金頂いた方々

江連隆義様・田中康代様・垣沼様・竹政優子様・尾ノ口翠様・杉本寿敬様  
広中寛子様・池上臈様・関根千恵様・難波美帆様・中村里奈様・伴日向様  
竹之木進律子様・蜂巣嘉子様・鶴山晶子様・今西真由子様

その他 匿名の皆様方

### 医療法人アップル

【きうち産婦人科医院】〒329-2145 矢板市富田548-1 TEL0287-43-5600

URL <http://www.kmc.med-apple.co.jp> E-mail [mail@kmc.med-apple.co.jp](mailto:mail@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ル5-1-9 TEL 028-655-5600

URL <http://www.auc.med-apple.co.jp> E-mail [mail@auc.med-apple.co.jp](mailto:mail@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ル5-1-9 TEL 028-654-2929

URL <http://www.mkc.med-apple.co.jp> E-mail [mail@mkc.med-apple.co.jp](mailto:mail@mkc.med-apple.co.jp)

### 社会福祉法人アップル

【ぴっころ保育園】〒329-2145 栃木県矢板市富田530-4 TEL 0287-43-0266

## 70億人目の赤ちゃん、こんにちは〜

アルテミス宇都宮クリニック  
きうち産婦人科医院 共産の事

### きうち産婦人科医院の 70億人目の赤ちゃん



佐々木綾子さん



斎藤直子さん

世界の人口問題に取り組む国連人口基金（UNFPA）の推計によると、10月31日に世界の人口が70億人に到達！そして、同日生まれた赤ちゃん全員を、「70億人目の赤ちゃんの一人」とし、希望者に認定証が発行されます。この特別な記念日に、アルテミス宇都宮クリニックで4人、きうち産婦人科医院では2人の赤ちゃんが元気な産声をあげました。日本の総人口は、約1.26億（県内では、一昨年16,473人が生まれ、1日平均45人が誕生していることとなります。）少子化問題に悩む国にとって新しい生命の誕生は喜ばしいことです。一方で、世界全体からみると、急速に増加した70億人という大きな数字から、人口・食糧・環境エネルギー・就業などのさまざまな社会問題も提示されています。そして、3.11の大震災以降、生きていることへの感謝、家族や周りの人との絆の大切さ、いまや国際語にまで昇格した「もったいない」=いのちの流れ=の意義など深く考えさせられた一年でした。新たな年を迎えて、佳い年へと希望を馳せるだけでなく、「70億人」や「3.11大震災」から引き起こされる諸問題に対して、私たち大人が日常生活の中からできることを実践していくことが大切です。次世代の子どもたちの輝く笑顔のために！

アルテミス宇都宮クリニック 助産師 池田 好江

## きうち産婦人科医院の1・2・3月の予定

### 1月



母親学級※要予約	つぼみコース	17 (火)	10:00~
	青りんごコース	10・24 (火)	10:00~
	わかばコース	24 (火)	13:00~
	赤りんごコース(パパママ)	21 (土)	13:00~

不妊外来	13・27(金)	腫瘍外来	7(土)
------	----------	------	------

### 2月



母親学級※要予約	つぼみコース	7・21 (火)	10:00~
	青りんごコース	14・28 (火)	10:00~
	わかばコース	28 (火)	13:00~
	赤りんごコース(パパママ)	18 (土)	13:00~

不妊外来	10・24(金)	腫瘍外来	4(土)
------	----------	------	------

### 3月



母親学級※要予約	つぼみコース	6 (火)	10:00~
	青りんごコース	13・27 (火)	10:00~
	わかばコース	27 (火)	13:00~
	赤りんごコース(パパママ)	17 (土)	13:00~

不妊外来	9・23(金)	腫瘍外来	3(土)
------	---------	------	------



・腫瘍外来・不妊外来は、先生の都合により変更になることがあります。  
・母親学級の開催場所は、「フィットネススタジオ i」になります。  
・その他日程など、詳しくは医院窓口までお問い合わせ下さい。

## 赤ちゃんが泣くとき

どの赤ちゃんも皆よく泣きます。それはごく自然な事です。とはいえ、どう向き合えばよいのでしょうか。赤ちゃんは、さまざまな理由で泣きます。

- \* お腹がすいたとき
- \* どこか痛みがあるとき
- \* ガスでお腹が張って痛い
- \* ひとりぼっちで寂しいとき
- \* 恐怖があるとき
- \* 退屈なとき
- \* 快適さや温かさを求めて
- \* 不快感のあるとき (うんちがでた、暑い、寒い、騒音など)

言葉が話せない赤ちゃんは、嫌な感じを泣いて一生懸命伝えようとしています。そのメッセージをそのままにしておくことは、できません。赤ちゃんは、泣いてコミュニケーションをとろうとしているのです。



### ◆赤ちゃんが泣くときの対処法◆

- \* 授乳してみる (おっぱいを飲ませる)
- \* 薄い毛布でくるむ
- \* げっぷをさせる
- \* オムツを替える
- \* 赤ちゃんをマッサージする
- \* おんぶやだっこで家の中を歩いたり、散歩に出る
- \* 赤ちゃんを裸にして洋服のどこかが邪魔になっていないか、糸がからんでいないかみる

赤ちゃんのむずがる理由が何であれ、たいへんは、ただゆったりと抱っこしてあやして欲しいのでしょう。お母さんが赤ちゃんの要求に応じることで、赤ちゃんは人を信頼する事を学んでいくといわれています。泣き声に反応してもらえない事で、赤ちゃんのストレスは減っていくともいわれています。何をしても泣きやまない時は、赤ちゃんの体温を測ったり、病気がないか確認しましょう。泣いている時こそ、赤ちゃんは誰よりもお母さんを必要としています。

助産師 大森 恵美子

## 私の休日

私は今、ロマンダー粘土で小さな人形などを作って遊んでいます。先日、孫が部屋に来て一緒に作りたいと言うので、小さな花と小さなコーヒーカーップを作りました。

「すご〜い!!ばあちゃんて、すごいネ!!」「ばあちゃんの手って魔法の手の様だね!!」と、言ってくれました。

どんなに小さな事でも、どんなにつまらない事でも、褒められるという事は、幾つになってもうれしいものです!!

2人で、出来上がった小さな花を見ながら…2人で、出来上がったコーヒーカーップで…中身の入っていないコーヒーを飲みました。「おいしいネ〜」と2人顔ほころんで…

ふと外を見れば、私の大好きな『すみれ色の夕映え』また2人で!!「きれいなネ〜」と。

今日も1日幸せな日々が過ぎてゆきました。

助手 斎藤 志津子



## フィットネス スタジオiの1・2・3月のプログラム予定

	1月 🍎🍇🌸🌺	2月 🍷🍰🍩	3月 🍷🍷🍷
産前	マタニティフィットネス 10:00~	11・18・25 (水)	7・14・21・28 (水)
	マタニティヨガ 13:00~	11・18・25 (水)	7・14・21・28 (水)
産後	エアロビクス 13:00~	6・13・20・27 (金)	2・9・16・30 (金)
	赤ちゃんと一緒に777フィットネス 14:30~	6・13・20・27 (金)	2・9・16・30 (金)
	ベビーマッサージ 13:00~	12・26 (木)	8・22 (木)

※予約制となりますので事前にお申し込みをお願いします。都合により日程等、変更となる場合もあります。料金等、その他詳細につきましては、医院窓口までお問い合わせ下さい。