



ぼよぼよクリニック・ニュースレター

新ぼよぼよぽんっ！

第123号

平成28年3月発行

発行・著作者 ぼよぼよクリニック

〒690-0011 島根県松江市東津田町1198-3

TEL 0852-25-2581 Fax 0852-21-2525

URL <http://www.poyopoyo.jp/>

Email smile@poyopoyo.jp

Facebook <https://www.facebook.com/poyopoyodr>



ぼよぼよ先生の ずっこけ日記



玉ねぎが目にしみたバレンタイン

作：たくささん

久しぶりの1日お休み！
朝、リビングでDVDを鑑賞しているぼよぼよ先生。インフルエンザの流行が、ピークに近づきほとんど休憩もとれずに診療をしていたので、ちょっと充電できた様子。

「あっそうだ！今日、カレーの作り方を教えてくれる？カレーが作れたらシチューは応用でしょ！」とぼよぼよ先生。

年末くらいから、カレーの作り方を教えてと言っていたのを思い出し一緒にカレーを作りました。お料理に目覚めたのかな？

まずは手洗いから。エプロンを着てお米のとぎ方から。炊飯ジャーの予約の仕方も伝授！



次に野菜を洗いカット。包丁を持つのは小学生以来らしい…「ジャガイモをピーラーでむいてね」と言う。「ピーラーはどこにあるの？」「はいはい そこからですよ！」悟った私は、優しく見守ることにしました。

「ピーラーってすごいね！いい仕事するじゃん。楽しい！楽しい！」って、まるで小学生のようでした(^o^)

じゃがいもや人参は上手にカットしていました。玉ねぎは「お～こわっ！」と連呼しながら、ゆっくりカット。

具材を炒めると…いい匂いがしてきて「食欲をそそるね～」と感動した様子。圧力鍋に移しお水を入れます。「750CC入れてね」と言う。「どうやって入れるの？」「計量カップを使ってください」



割と几帳面なはずなのに、あれっ？そこはざっくりと。まあ許しましょう(^o^)



煮込んでいる間は、料理は後片付けも大切と、洗い物やサラダを作ったり。

具材も煮えカレールーを入れて完成！

「美味しい(^o^)美味しい(^o^)」とご満悦。次は買い物からひとりやってみようです。

楽しみですね。これから料理にハマっちゃうかも(o^^o)



ぼよぼよクリニックの治療方針

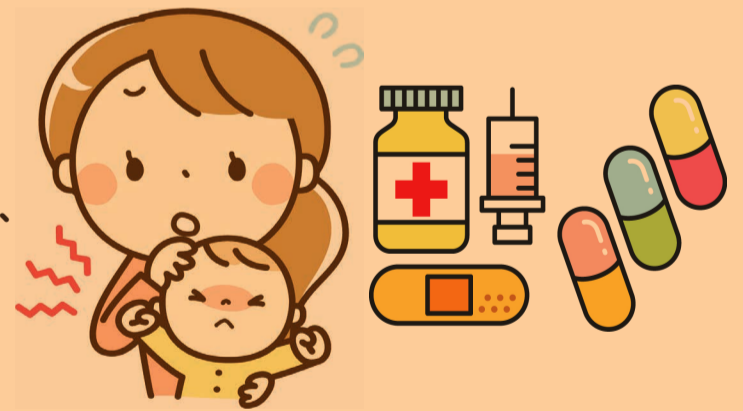
～抗生剤を処方するのは大義名分のある時～

発熱するとすぐに抗生剤を処方される医師がおられます。私どもはできるだけ抗生剤の安易な処方をしないように心がけております。

理由1：かぜ症候群の原因の95%以上が抗生剤の効かないウイルスとされています。必要ない抗生剤の乱用は慎まなければなりません。

理由2：年齢や発熱期間などを考慮して必要があれば血液検査を適切な時期に施行して、抗生剤の処方や病院紹介のタイミングを逃しません。

理由3：溶連菌やウイルスの迅速検査を積極的に行って抗生剤の可否を見極めます！



教えて！ポストくん

今月は温かいメッセージをご紹介します！

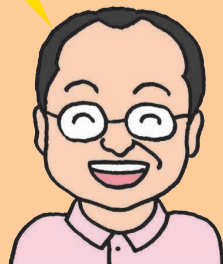


教えてポストくん

お母さん達のちょっとした疑問にポストくんがお答えします。

(病気・症状・栄養相談・育児等)

寄せられた質問・疑問は次回の院内報でお答えしてまいります。ぜひ、活用してみてくださいね。



ぼよぼよクリニックさま

いつも ぼよぼよクリニックさんのことを 家で思い出すと涙が出そうになります。かぜなどで ぼよぼよさん に行くたびに、それだけの安心・感動・癒しなどを 受け取っているのだと思います。

今月(1月)は、先日 1歳1ヶ月の子供が ウイルス性胃腸炎で 点滴をして もらい 長時間 お世話になりました。又、アコルなどで 1番の予約を 次に入れていただき すみませんでした。ありがとうございました。

現在は 高熱が出て 通院しておりますが、私も家の方で 子供の世話を するに 疲れて 心の余裕が なくなり、 いろいろ 悲しくなったり して しまいましたが、 ぼよぼよ先生には うちの 泣き虫 不機嫌な 子供が 泣かずに 診察してもらったり (他院だと しゃくりあげて 泣いて…) あと 昨日は 帰りに ぼよぼよさんに 親戚に、 優しい お言葉 を 掛けて いただき、 泣きそうに 返事も できず 一人で いることに 感謝 しています。

ポストくんに 聞きたい ことを 書いてね ぼよぼよ クリニック 本号に ありがとう ございました。 必ず 元氣が 出ました。





クリニックからのお知らせ



【ワクチン情報】

大変お待たせいたしました。
 B型肝炎ワクチン（ビームゲン：化血研）の流通が再開されましたので、当院でも予防接種のご予約を再開いたします。
 ネットからの予約もできますが、現在お取りいただいている予約日にB型肝炎を追加される場合は、電話にてお尋ねください。

～入園前健康診断について～

保育園入園のための健康診断は、診療時間内で行っています。
 iコールで順番をお取りいただき、用紙をお持ちください。
 料金は2,050円です。

特別休診のお知らせ
 3月19日（土）終日

栄養相談日
 3月25日（金）
 4月15日（金）

★診療カレンダー

2016年3月							2016年4月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4	5					1	2
			午後休診				午後休診						午後休診
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9
		午後休診				午後休診			午後休診				午後休診
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16
		午後休診				終日休診			午後休診			栄養相談 (予約制)	午後休診
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23
		午後休診			栄養相談 (予約制)	午後休診			午後休診				午後休診
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30
		午後休診							午後休診			休日待機 9:00~ 12:00	午後休診

注：栄養相談は予約制です。前もってキャストに声をおかけ下さい。

患者さま満足度アンケートの実施



H27年11月～12月に患者様満足度アンケートを実施いたしました。
 貴重なご意見、あたたかな素敵なメッセージをいただきありがとうございます。
 今後とも皆様に愛されるクリニックを目指してまいります。
 以下、心温まるメッセージを紹介いたします。



いつも先生スタッフの皆さんに感謝して、ありがとうございます。
 軽便な救急は色々な病院、先生を見てきたが、
 ぼんぼりクリニックは群を抜いて素晴らしい病院だ。
 子ども達もぼんぼりクリニックに行くことを楽しみに、今後は先生スタッフの指導が、
 あります。
 子どもお母さんも行きたい、安心な病院がもっと増えたいと嬉しいこと
 思っています。
 いばらき県に松江在住で、これからはよくお願いしたい。

いつも先生に明るく迎えてくれるキャストの皆様と先生。
 病室や予防接種に行く「病院」での、子どもも親も安心して頼れる
 ところ、大満足です。「病院」を克服して存在です。
 子どもも0歳からのお付き合い、2才2ヶ月には、今は「もしもしママの」
 「お母さん」と「ぼんぼり先生」といって呼ぶよ、今では「もしもしママの」
 皆々から愛されるクリニックである、朝の7時～予約は電話予約と
 1にらめ、この順番取りが大変ですが、これからはもっとお世話になります。
 毎日、先生の患者さんとお話しして、この素晴らしいクリニックで
 居られる様、私も娘も応援しています。



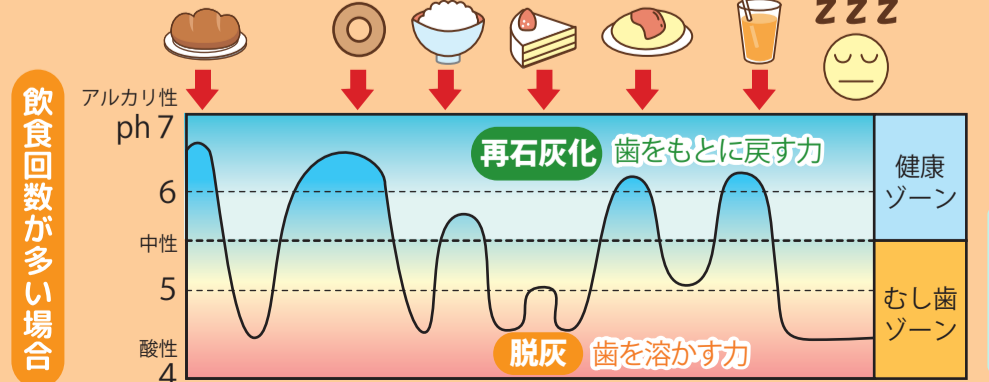
みやび先生の **歯科情報**

Miyabi dental office
みやび歯科
 0852-25-0382 松江市東朝日町宮ノ沖133-4 マルカビル2階
 月～金曜 9:30～13:30 / 15:30～19:30 休診日：水・日曜・祝日
 土曜 9:00～13:00 / 14:30～17:00 ※祝日がある週は水曜診療
 ご質問、ご相談 等々、みやび歯科へお気軽にお問い合わせください

むし歯 になりにくい食べ方

Point 量より回数が問題です

私たちが食事するたびに、細菌が酸を作り出すので口の中は酸性の環境になります。図にあるように、飲食の回数が多いほど、口の中が酸性になっている時間が長くなります。ですから、重要なことは、食べる量よりも、食べる回数が問題になってきます。



いっぱいおやつを食べるよりなが～い間や、ちょこちょこと何回もおやつを食べ続けていることの方がむし歯になりやすいのよ。キャラメルのように口の中に残りやすくてねばねばした甘いものをず～っと食べてると、すぐにむし歯になっちゃうのよ。

手作りおやつで
 お砂糖ひかえめにしたり、
 むし歯になりにくい
 おやつにしてみる
 のもいいわね。



ママちゃん歯科衛生士Tから
 お子様だけでなく、大人もおやつ時間は楽しみのひとつですよ。全く食べないというもさびしい気がします。ジュースを1口飲んでも間食1回分なので、回数には気をつけて楽しみたいですね！そして、食べた後は、歯みがきをお忘れなく！