



ぽよぽよクリニック・ニュースレター

# 新ぽよぽよぽんっ！

第139号

平成29年 7月発行

発行・著作者 ぽよぽよクリニック

〒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](mailto:smile@poyopoyo.jp)

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



## キャストの ほのぼの日記



### 目次

☆キャストのほのぼの日記

・東京おもちゃ美術館で学んだ「おもちゃの可能性」  
……スマイルクリエイター くぼた

・JR東日本テクノアート TESSEI (お掃除の会社)  
で学んだ「おもてなしの心」  
……ヘルスサポーター いしはら

☆クリニックからのお知らせ

……休診、休日待機、栄養相談日、診療カレンダー、平成28年度患者様アンケートより、診察券が新しくなりました

☆ぽよぽよキッズの広場

☆ぽよぽよ先生のプチ日記

☆赤ちゃんの日焼け止めについて



5月30日~31日を休診にさせていただき、研修へ行って参りました。皆様には大変ご迷惑をおかけいたしました。研修ではたくさんの学びを得ることができましたので、ご報告いたします。



## 東京おもちゃ美術館で学んだ 「おもちゃの可能性」

スマイルクリエイター  
くぼた



東京おもちゃ美術館に行ってみりました。東京新宿区の四谷にある、旧四谷小学校の校舎を利用されています。

木のおもちゃは、温もりに触れ、香り、触り心地、味わいに触れることで五感に刺激をあたえます。このことが子どもの成長にはとても大切なこととして、木育に力を入れておられます。おもちゃ美術館の中の木育広場は乳幼児限定の空間となっております。国産の木にこだわった床やオブジェ・滑り台・トンネルなどあり、大人でも癒されました。

### おもちゃの可能性

おもちゃはただ遊ぶだけでなくいろいろな場面で活躍しています。

①プレパレーション・・・おもちゃを使い、子ども達に検査や治療の大切さを説明します。そして不安な気持ちや恐怖心を和らげます。小さい子には人形やおもちゃを使ってのごっこ遊びが効果的と言われています。

②プレパラウッド・・・プレパレーションの時に、国産の木を使い小田原の寄せ木細工の職人さんが作られたおもちゃを使用します。

③ディストラクション・・・予防接種の時など子どもの気をそらしたり、痛みを忘れさせるようにおもちゃを活用します。

また、パペットを使って薬の飲み方の説明・吸入の説明など様々な場面でおもちゃは活躍できます。



## JR東日本テクノアート TESSEI(お掃除の会社)で学んだ「おもてなしの心」

ヘルスサポーター  
いしはら

新幹線の掃除をしている会社、(株)JR東日本テクノアート TESSEIを見学させていただきました。新幹線の折り返し停車時間は12分。乗客の降車時間を差し引いた残り7分で掃除をされます。

新幹線が到着すると、一礼をして迎えます。“帽子には季節の花を飾りつけ清掃バックに全ての道具を入れる”。

このように様々な工夫をして車内に入り清掃を行います。

その中でも「おもてなしの心」を持った改善活動で、素晴らしいチームの結束力をみる事ができました。

今回の TESSEI さんでの学びを活かし、患者様におもてなしの心を持って接します。

また、すべてにおいて時間内に行動できるよう心掛け、安全面にも気を配ります。

そして、お互いの信頼関係を深め、整理整頓をし、清潔でさわやかな空間づくりを目指します。

そのためには、心を込めて隅々まで清掃する事が大切だと思いますので、日々努力して参ります。



# クリニックからのお知らせ



# ★診療カレンダー



### 休診

- ・7月29日(土):「しまね思いやり塾」主催のため
- ・8月11日(金)～8月15日(火):お盆休みのため

### 休日待機



7月23日(日) 9:00～12:00  
8月20日(日) 9:00～12:00

### 栄養相談日



7月14日(金) 8月18日(金)  
予約制です。キャストに声をおかけ下さい。

2017年7月							2017年8月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
						1			1	2	3	4	5
						午後休診				午後休診			午後休診
2	3	4	5	6	7	8	6	7	8	9	10	11	12
			午後休診			午後休診				午後休診			お盆休み
9	10	11	12	13	14	15	13	14	15	16	17	18	19
			午後休診		栄養相談(予約制)	午後休診		お盆休み		午後休診		栄養相談(予約制)	午後休診
16	17	18	19	20	21	22	20	21	22	23	24	25	26
			午後休診			午後休診	休日待機 9:00～12:00			午後休診			午後休診
23	24	25	26	27	28	29	27	28	29	30	31		
休日待機 9:00～12:00			午後休診			終日休診 しまね 思いやり塾				午後休診			
30	31												
しまね 思いやり塾													

### 平成28年度患者様アンケートより

先生がマイクで呼ぶとき、聞きとりやすかったです。呼出用のマイクを新しくしました。ポーン♪と鳴った後に、お名前をお呼びいたします。

### 診察券が新しくなりました

6月中旬より、診察券が新しくなりました！元気なぼよぼよちゃんが飛び出してきそうな、ニューデザインです。既存の青い診察券も今まで通りお使いになれます。



### ぼよぼよキッズの広場



### ぼよぼよ先生のプチ日記

「子ども達に命の大切さをお伝えし、逆に元気をいただいたの巻」

三瓶山の麓にあります【北三瓶小学校 & 中学校】へ初めてお伺いしました。学校保健委員会で講演をさせていただいたのです。タイトルは『あなたは、そしてあなたのそばにいる人は奇跡の存在』 命の授業です。

- ①命の証を確かめてみよう！子ども達同士で心音を聴きあっていただきました。
- ②命のバトン！を感じるために、先祖の数を計算してみました。
- ③昔の日本人の考え方は？
- ④今の日本人の考え方は？
- ⑤捨てたもんじゃない日本人の姿
- ⑥FOR ME から FOR YOU へ
- ⑦金持ちではなく、人持ちを目指そう。

といったラインナップで進めさせていただきました。



圧巻は『子ども達からの質問コーナー』。時間を残せたので、子ども達から自由に質問していただいたのですが、【質問力】がスゴかったです。

「なんで医者になったの？」  
「なんで小児科医になったの？」  
「小児科医の仕事って何？」  
「ぼよぼよってなんでつけたの？」  
「ぼよぼよで働いている人の数は？」  
「何人くらいの患者さんをみるの？」  
「今後の夢は？」

といった、的を射た質問を立て続けにいただき、充実した時間を作ることができました☆\*:.。o(≧▽≦)o..。:\*☆

子ども達からたっぷりエネルギーと幸せな時間を頂戴しました。北三瓶小・中のみなさん、本当にありがとうございました。

### 赤ちゃんの日焼け止めについて



**Q) 赤ちゃんに日焼け止めを塗ったほうがいいの？**  
**A) 日焼けは日光の紫外線で起こります。紫外線をたくさん浴びすぎると：**  
 ①しわやしみの皮膚老化を早める  
 ②将来、皮膚ガンを起こしやすくなる  
 ③目の病気（白内障、翼状片、網膜のメラノーマというガンなど）を起しやすくなるということがわかっています。  
 赤ちゃんのうちから、強い日焼けをしすぎないように注意してあげることが、生涯健康で過ごすためにとても大切なことです。

**Q) どんなものを選んだらいいの？**  
**A) サンスクリーン（日焼け止め）は、小さい赤ちゃんから使うことができます。通常は、病院で健康保険適応のある処方を受けることができませんので、ベビー用や子供用として販売されているものを購入してください。**

**Q) いつ（年齢）から塗ってもいいの？**  
**A) 低刺激性と書いてあるものを選び、防御指数は、日常生活ではSPF15～20、PA++海や山ではSPF20～40、PA++～++++を目安にしましょう。汗や水で落ちにくい、ウォータープルーフの製品であればなお効果的です。あまりうすく伸ばしてつけると効果が低いです。使用後はきちんと洗い落とすことも大切です。普通の石けんやボディソープで落とせるものがほとんどです。  
 購入するときに、洗い方についての商品説明を確かめるようにし、わからないときはお店に尋ねておきましょう。**

日本小児皮膚科学会  
「こどもの紫外線対策について」  
より抜粋