



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 137 号  
平成 29 年 5 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  
……バレーボール女子  
ヘルスサポーター ますたに
- ☆第 7 回キッサニアぽよぽよ開催決定！！
- ☆クリニックからのお知らせ  
……診療カレンダー、栄養相談日ほか
- ☆ヒトメタニューモウィルスが流行しています
- ☆新患の順番取りができるようになりました
- ☆ぽよぽよ先生のプチ日記
- ☆ぽよぽよキッズの広場  
……二人のお子さんの絵とお手紙



## バレーボール女子

ヘルスサポーター  
ますたに



我が家には、私を含め女子が 3 人いますが、みんなバレーボール女子です。

長女は、中学 2 年生になりますが、小学 3 年生のときからバレーボールをしています。それに連れられ、次女は小学 1 年生のときからバレーをしています。今、6 年生になったので 6 年近くバレー歴があります。

長女は、とにかくバレーが大好きです。テスト期間などでバレーが出来なくなると体がムズムズするらしく「バレーがしたい！！」といつも言っています（笑）運動も好きで、休日など暇なときはランニングに出て行きます。

次女は、小学 1 年生から週 4 回バレーを続けています。今考えるとすごいことだなーと思います。嫌なときもたくさんありますが、なんとか持ち上げて今も続けています。今年は、6 年生になり中心で活躍する機会もたくさんあります。

親も、週末は試合や当番で大変なこともありますが「親が関わられるのは小学校のときしかない」と思って親もがんばっています。

また、私もバレー好きで、観戦するのもプレーするのも好きです。今は、バレーボール教室に時々通い、この年でバレーの技術を上げようと努力(?)しているところです。

この前は、次女を連れてバレー教室に行きました。一緒に練習して最後は、相手チームに入れてもらい親子でゲームを楽しみました。同じバレーをしているからこそできたことなのでバレーに感謝です。

バレーボール女子たちに感謝♡



## 第 7 回 キッサニアぽよぽよ開催決定！！

ぽよぽよクリニックのお仕事を体験してみませんか？

日 時 8月9日(水) 14:00~16:00 (予定)

対象年齢 小学校 1 年生～6 年生

募集人数 12 名

応募期間 5月8日(月)  
～6月30日(金) まで

応募方法受付かお電話にて、お子様のお名前、生年月日、身長、保護者の携帯番号、住所をお知らせください。

応募者多数の時は、締め切り後抽選にて決定しご連絡をさしあげます。(抽選の結果、ご兄弟でも一緒に参加出来ない場合もあります。ご了承くださいませ。また、初めての方を優先させていただきます。)

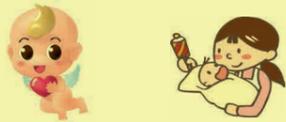
保護者でのビデオ撮影等はして頂いてもかまいませんがお仕事の体験ですので、保護者の方は、周りでそっと見守ってあげてくださいね。

尚、こちらで撮影した映像や画像をwebサイトやニュースレター学会での資料等に使用させていただきますがごさいませ。ご了承くださいませ。

たくさんのご応募お待ちしております♪



# クリニックからのお知らせ



# 診療カレンダー



## 休診

5月30日(火)～5月31日(水)

職員研修として、東京おもちゃ美術館や TESSEI (新幹線のお掃除会社) に訪問します。患者様には大変ご迷惑をおかけしますが、ご理解いただきますようお願い申し上げます。

## 休日待機



6月25日(日) 9:00～12:00

## 栄養相談日



5月26日(金) 6月16日(金)

前もってキャストに声をおかけください。

2017年5月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6 午後休診
7	8	9	10	11	12	13 午後休診
14	15	16	17	18	19	20 午後休診
21	22	23	24	25	26 栄養相談(予約制)	27 午後休診
28	29	30 終日休診	31 終日休診			

2017年6月						
日	月	火	水	木	金	土
						1 午後休診
						2 午後休診
						3 午後休診
4	5	6	7	8	9	10 午後休診
11	12	13	14	15	16 栄養相談(予約制)	17 午後休診
18	19	20	21	22	23	24 午後休診
25	26	27	28	29	30	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。

## ヒトメタニューモウィルスが流行しています

1歳未満～2歳くらいまでの間の乳児・幼児に感染する傾向があり、10歳までにはほとんどの人が感染するといわれています。

また、一度感染しても免疫がつかないので、何度でも感染します。

感染するとウイルスは4～6日間くらいの間潜伏し、発症すると発熱・咳・鼻水をとともう一般的な風邪症状のような状態になりますが、やがて肺の下部気道を侵して、細気管支炎や肺炎、喘息に似た発作(呼吸音がゼイゼイしている)や、呼吸困難を引き起こすこともあります。

このウイルスは冬～春にかけて流行し、症状がRSウイルスと非常によく似ています。

院内で迅速検査をして判定します。綿棒で鼻をぬぐって30分ほどで結果がわかります。(検査は医師が必要と判断した場合のみおこないます。)



## 新患の順番取りができるようになりました



これまで『i-CALL 予約システム』は、診察券番号をお持ちの方のみのご利用に限られていました。

5月より、初めてご来院の方もご利用いただけるようになりました。

携帯からは、右上のQRコードがご利用になります。詳しくは、当院WEBサイトにてご確認をお願いします。

問診票もWebサイトからダウンロードできますのでご利用下さい。

## ぼよぼよ先生の プチ日記



さて、【東京マラソン2017】の振り返りをさせていただきます☆練習ランが予定通りできず、不安を抱えての本番でした。

42.195km、完走できるのか??フルマラソンは3回目の挑戦です。最初の10kmはめちゃ楽。下りにもなっているので、スピードがどうしても出てしまうのを抑えるのが大変でした。

やはり、ラストの30kmからが大変でした、(´Д`;)ノ=3

去年は痛みとの闘いでしたが、今回は痛みはそうないものの、体力が続かず、へ口へ口に:(;´ω`):

でも、せっかく貴重なチャンスをいただいているのだからと、決して歩かないと決めていたので、ヨロヨロと走っていました。

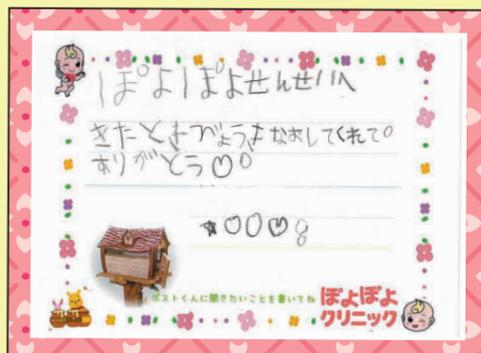
沿道の方々のご声援「プーさん頑張れ!」やハイタッチで何とかパワーをいただき、



エンヤコラさ、(´Д`;)ノ=3=3最後の直線では、家族と東京時代の友達が沿道にいてくれて、ラストのパワーをいただきました!

こうして、東京駅前に何とか辿り着き、ゴールとなりました(\*°▽°\*)これからもプーさん、顔晴ります!

## ぼよぼよキッズの広場



**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  
していきたいと思っております。ぜひ、活用してみ  
て下さいね。

「教えてポストくん」  
にも、たくさん  
ご質問をお待ちして  
おります!

