



## キャストの ほのぼの日記



### 目次

- ☆キャストのほのぼの日記  
スマイルクリエイター くぼた
- ☆ハロウィーン 仮装ギャラリー
- ☆クリニックからのお知らせ  
栄養相談、もぐもぐ広場  
にこにこ広場、年末年始の休診
- ☆受付順番取り、予防接種予約システムの変更について
- ☆Facebook・WEBサイトをご覧ください
- ☆ぽよぽよ先生のプチ日記
- ☆風疹の流行について

素敵な行燈が  
たくさんありましたよ！



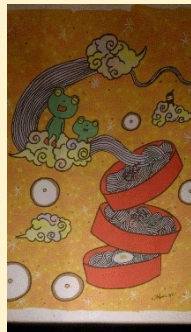
ドジウすん



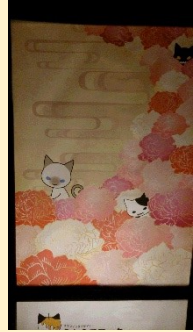
牡丹と松江城



割り子そば



ネコと牡丹



## 松江再発見 ～誘惑に負けた私達～

松江の秋の風物詩『松江水燈路』にお友達と一緒に行ってきました。お天気もよかったので、私達は、城西駐車場から塩見縄手を通りお城を目指しました。

通常有料の武家屋敷も無料開放されていました。お庭もライトアップされ、とても幻想的な雰囲気でした。

お堀にそって、地元のお子さんや市民のみなさんが作られた行燈（あんどん）が並べられ、行燈の優しい光がとても素敵でした。

ウォーキング目的で歩いていたのですが、お城に近づくにつれ私達を誘惑するいいかおりが・・・。  
「ガマン！ガマン！！」と二人で励ましながら・・・。  
しかしついに炭火焼きのいいかおりにつられ、フランクフルトを買ってパクリ♪  
誘惑に負けてしまいました。Σ(「ロ」Ⅲ)

後日、松江水燈路に2回目の登場！その際は、インドネシアの民族舞踊も初めて観る事ができ、夜の堀川遊覧も初めて体験しました。



しまねっこ



幻想的な優しい光



## ハロウィーン 仮装ギャラリー

10月にクリニックの太陽の広場で、ハロウィンのインスタ映えスポットと仮装グッズを準備しました。今年もたくさんのお子もたちが参加してくれました。かわいい姿に癒されました！ありがとうございました！



えりかちゃん



ゆうだいくん、けいたくん



ほのかちゃん



るいかちゃん



えりちゃん



わかちゃん



みらいちゃん、お父さん  
ぽよぽよ先生



いつきくん



ひなこちゃん





## クリニックからのお知らせ

栄養相談  
11月16日（金）  
12月21日（金）  
予約が必要ですのでキャストに声をおかけください。

### もぐもぐ広場

#### 【離乳食教室】

講師は管理栄養士 伊藤孝子先生  
11月 7日(水) 14:30～16:00  
12月12日(水) 14:30～16:00  
予約が必要ですのでキャストに声をおかけください。

### にこにこ広場

11月14日(水) 14:00～16:00  
予約が必要ですのでキャストに声をおかけください。

### 年末年始の休診

12月29日(土)～1月3日(木)

## 診療カレンダー

| November 11 平成30年 2018 |    |    |                               |    |                     |            | December 12 平成30年 2018 |            |         |                               |         |                     |            |
|------------------------|----|----|-------------------------------|----|---------------------|------------|------------------------|------------|---------|-------------------------------|---------|---------------------|------------|
| 日                      | 月  | 火  | 水                             | 木  | 金                   | 土          | 日                      | 月          | 火       | 水                             | 木       | 金                   | 土          |
| 28                     | 29 | 30 | 31                            | 1  | 2                   | 3<br>文化の日  | 25                     | 26         | 27      | 28                            | 29      | 30                  | 1<br>午後休診  |
| 4                      | 5  | 6  | 7<br>午後休診<br>もぐもぐ広場<br>(予約制)  | 8  | 9                   | 10<br>午後休診 | 2                      | 3          | 4       | 5<br>午後休診                     | 6       | 7                   | 8<br>午後休診  |
| 11                     | 12 | 13 | 14<br>午後休診<br>にこにこ広場<br>(予約制) | 15 | 16<br>栄養相談<br>(予約制) | 17<br>午後休診 | 9                      | 10         | 11      | 12<br>午後休診<br>もぐもぐ広場<br>(予約制) | 13      | 14                  | 15<br>午後休診 |
| 18                     | 19 | 20 | 21<br>午後休診                    | 22 | 23<br>勤労感謝の日        | 24<br>午後休診 | 16                     | 17         | 18      | 19<br>午後休診                    | 20      | 21<br>栄養相談<br>(予約制) | 22<br>午後休診 |
| 25                     | 26 | 27 | 28<br>午後休診                    | 29 | 30                  | 1          | 23<br>天皇誕生日            | 24<br>振替休日 | 25      | 26<br>午後休診                    | 27      | 28                  | 29<br>休診   |
| 2                      | 3  | 4  | 5                             | 6  | 7                   | 8          | 30                     | 31<br>休診   | 1<br>休診 | 2<br>休診                       | 3<br>休診 | 4                   | 5          |

## 受付順番取り・予防接種予約、システムの変更について

2019年2月1日より、  
受付順番取り・予防接種予約システムが変更になります。  
詳しいご案内は来月のニュースレターや  
WEBサイトでお知らせいたします。  
ご了承くださいませ。

## Facebook・WEBサイトをご覧ください

イベントの様子や新しいお知らせなど、  
更新しております。  
ぜひ、ご覧ください。



## ぽよぽよ先生のプチ日記

### 「不昧公、素直な書きっぷりと多芸さ」

【不昧公200年祭】の特別展示を拝見しました♪  
松平不昧公は武芸のみならず、茶の道、書の道に限らず、  
多芸に秀でた大名だったようです！  
書はクセがなく、すごく素直な書きっぷりでした♪(´▽｀)  
『豆腐自画賛』に注目でした！豆腐の絵に  
「世の中はまめで四角でやわらかで豆腐のようにあきらめもせず」  
という和歌を添えておられました。  
素直で周りの方にやさしい弾力のある対応を  
大切にしておられたのではないかと感じました(´▽｀)



気持ちのよい秋晴れでした



見事な庭園



## 風疹の流行について

～お父さん、風疹ワクチンしませんか？～

今年は首都圏を中心に風疹がたいへん流行しており、  
過去5年間で最多となっています。  
患者の8割は男性でその多くが30代～50代です。  
女性では20代の感染が目立っています。

男性の感染が多いのは年代によって子どもの頃、予防接種の対象では  
なかったり、対象であっても受けていなかったりして、抗体がない人  
が多いからです。  
女性も1回の接種では抗体が十分でない人があり、個別接種で1回しか  
受けていない人が感染しているケースがあります。(図1)

妊婦さんは特にご注意ください！！  
妊娠中（特に妊娠20週頃まで）に風疹にかかると、生まれてくる赤  
ちゃんの目や耳や心臓に、障害をきたすことがあります。  
女性は妊婦検診で抗体を調べることが多く、抗体のない方は、次回の  
妊娠までに風疹の予防接種を勧められます。予防接種の必要があるか  
どうかは、ご出産された産院または、お子さまの母子手帳をご持参の  
うえ、当クリニックにご相談下さい。

### 〈風疹〉

感染は咳やくしゃみで感染します。  
感染してから2～3週間後に赤くて小さな発疹が体中に出ます。  
熱は全く出ない子から3日間高熱が出る子までさまざま、  
耳のうしろのリンパ節が腫れることもあります。  
いずれにしても3日で治ります。『三日ばしか』ともいわれますが、  
はしか（麻疹）とは違います。



図1

- ①：昭和37年4月2日～昭和54年4月1日生まれの人  
女性は中学生で風疹ワクチンを1回集団接種していますが、  
男性はありませんでしたので、男性は1回も接種していない人が多いです。
- ②：昭和54年4月2日～昭和62年10月1日生まれの人  
男女ともに中学生の時にワクチンを受ける事になっていましたが、  
医療機関での個別接種でしたので接種率が低かったようです。
- ③：昭和62年10月2日～平成2年4月1日生まれの人  
男女ともに幼児期に医療機関での個別接種が1回ありました。  
接種率は高かったようですが、中には接種していない人もいます。
- ④：平成2年4月2日～現在  
現在はワクチンの効果を高めるため、1歳と小学校入学前の2回、  
接種することになっています。