



## 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
- ☆クリニックからのお知らせ  
栄養相談  
イベント中止  
もぐもぐ広場開催  
当院の予防接種の方針について
- ☆診療カレンダー
- ☆土曜日の予防接種枠を拡大します！  
(期間限定)
- ☆インフルエンザ予防接種のご案内
- ☆コロナ対策ご協力をお願い
- ☆チェック・オンメールアドレスのご登録  
を必須といたします！

## ★キャストのほのぼの日記★

### 『コロナ禍だからこそその楽しみ方』スマイルクリエイターくぼた



9月に入っても残暑が厳しいですね。  
暑い中、皆さまには車内で診察をお待ちいただき、ご協力ありがとうございます。

この夏はコロナ禍でどこにも行けず、家で過ごす時間が多くなりました。最近、「もしも宝くじが当たったら…」と妄想して主人と楽しんでおります。

また、あまりにも暑いので台所に立ちたくない病です。何とか簡単に料理を済ませよう、どうやったら火も時間も使わず料理ができるかを考える日々です。そこで、今回「試してみましたシリーズ」を少しご紹介いたしますね。

☆豆腐+キムチ+ごま油+ネギ→単に冷ややっこのキムチのせですね(笑)でも意外とおつまみでもいけますし、時短で火もつかいません。おすすめです！

☆スイカ+レモン果汁→スイカ+塩はよくしますが、スイカ+レモンは初体験!!  
意外な味で酸っぱくなく、塩をかけているのとあまり変わらないような!?  
次回、挑戦してみたいのが、インスタントカップ焼きそば+納豆です。

火を使わないといえば、最近、電気圧力鍋を購入しました。圧力鍋のあのシューシューという怖い音は全然しないし、とっても大活躍しています。

最近、コロナ禍でキャンプ人口が増えているようです。芸人ヒロシさんの影響もあるのかもしれないですね！私も涼しくなったら、キャンプに出掛けようと考えています。古いキャンプ道具を新調し、少しずつ準備をしています。焚火がしたいなあ…ゆらゆらと揺れる炎をみると心が癒されます。

今年は段ボール燻製機にも挑戦しようと思っています！また、自分でヘキサタープを張りたくて購入しました。今からロープの結び方を主人に教えてもらってます。

みなさんもコロナ禍の中でも、楽しみを見つけてお過ごしになれますように…。



【豆腐キムチ】

【スイカレモン】



【キャンプ道具】



### Instagram発信中

「ぽよぽよクリニック」で検索  
キャストが情報発信します。  
フォローお待ちしております。

## クリニックからのお知らせ

**栄養相談**  
2020年 9月 4日(金)  
9月11日(金)  
9月18日(金)  
10月16日(金)

予約が必要ですのでキャストにお気軽にお声をおかけ下さい。

### イベント中止

新型コロナウイルスの影響により今年イベントを中止にさせていただきます。

にこにこ広場【お母さんの居場所】  
わくわく広場【折り紙教室】

### もぐもぐ広場(離乳食教室)

2020年 9月 9日(水) 14:15~15:30  
2020年 10月 14日(水) 14:15~15:30

大好評の離乳食教室の再開が決定しました！離乳食でお困りの方、管理栄養士 伊藤孝子先生がお悩みを解決してくれますよ。予約が必要ですのでキャストまでお声をかけて下さい。

## 診療カレンダー

September 9 令和2年 2020							October 10 令和2年 2020						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2	3	4	5	27	28	29	30	1	2	3
			午後休診		栄養相談 (予約制)	午後休診							午後休診
6	7	8	9	10	11	12	4	5	6	7	8	9	10
			もぐもぐ広場 午後休診		栄養相談 (予約制)	午後休診				午後休診			午後休診
13	14	15	16	17	18	19	11	12	13	14	15	16	17
			午後休診		栄養相談 (予約制)	午後休診				午後休診		栄養相談 (予約制)	午後休診
20	21	22	23	24	25	26	18	19	20	21	22	23	24
	敬老の日	秋分の日	午後休診			午後休診				午後休診			午後休診
27	28	29	30	1	2	3	25	26	27	28	29	30	31
			午後休診							午後休診			午後休診
4	5	6	7	8	9	10	1	2	3	4	5	6	7

### 土曜日の予防接種枠を拡大します！(期間限定)

2020年9月5日~10月10日までの土曜日の予防接種枠を拡大します。  
時間帯は今までの午前枠に加えて、午後の枠も増設いたしました。ぜひ、ご利用くださいませ。

※土曜日午後の予防接種の時間帯は、大変申し訳ありませんが予防接種のみとさせていただきます。診療は一切行っておりませんので、ご了承くださいませ。

### 当院の予防接種の方針について

厚生労働省より予防接種の実施については、「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に注意する必要がありますが可能な限り予定通り実施できるように」と通知がありました。当院では感染症状のある方は院内に入れないこととしております。

当日は、風邪症状や胃腸炎の方との接触はありませんのでご安心下さい。引き続き安心、安全を心がけて予防接種を行って参ります。



## 2020年インフルエンザ予防接種のご案内

インフルエンザワクチンの接種を10月から開始いたします。  
今年も例年通り【日曜枠】として特別枠を設定して接種させていただきます。  
第1弾として【日曜枠】のご予約がいっぱいになった場合、【土曜午後枠】を新設し第2弾としてご案内します。  
今年は、コロナ対策を徹底するために、厳しい基準をもうけております。ご理解とご協力をお願い申し上げます。

### 【予約開始日】 9月13日(日)

○当院に受診歴がある方のみご予約できます。

○完全ご予約制です。(Webサイト予防接種予約システム  のみの受付)

#### 【日曜枠】について

10月～12月で日曜日枠を設定しております。

下記の2パターンのみになります。**必ず2回分を同時にご予約ください。**

- ★パターン1 1回目:10/11(日)→2回目:11/8 (日)
- ★パターン2 1回目:10/18(日)→2回目:12/6 (日)

#### 【土曜午後枠】について

**【日曜枠】がいっぱいになった後に第2弾としてご予約を開始いたします。**

チェックオンの予約ページをご覧ください。

院内もしくは当院Webサイト、チェックオンに登録されているメールにてお知らせします。



【接種適応年齢】生後6ヵ月～小学校6年生:2回  
【料金(税込)】1回目、2回目とも4,000円(現金払いのみ)

#### 【おことわり】

- ・日曜枠・土曜午後枠の時間は、ワクチン接種のみ行います。風邪症状の診察やお薬の処方は一切できません。
- ・院内へお入りになれる人数は、お子さま一人につき保護者一名です。
- ・当日、玄関でキャストが体調確認をさせていただきます。全て満たされた方のみ院内へお入りいただけます。(検温等ご協力お願いいたします。)
- ・別紙【コロナ対策ご協力のお願い】をご参照ください。

#### 【コロナ対策ご協力のお願い】

コロナ対策として、**厳しい基準**を設けております。以下の項目をご確認ください。

【接種されるお子さまと同居する大人の方(お子さまの兄弟は含みません)について】

- ①2週間以内に風邪症状や37.5℃以上の発熱はない
- ②2週間以内に新型コロナウイルス感染症の方や濃厚接触者の方との接触はない

【接種されるお子さまと同居している全ての方や里帰り・来訪で接触した方について】

- ③2週間以内に県外(新型コロナウイルス感染者数が2桁以上発生している都道府県)や国外に行っていない、またはそこからの来訪者もない



左記①～③を全て満たされた方のみ、当日院内にお入りいただき予防接種を受ける事ができます。

チェック・オンのメールアドレスのご登録を必須といたします！



診察の順番取り、予防接種のご予約には、**メールアドレスの登録が必須となります。**また、重要なお知らせ(予防接種の情報やご案内、診療上大切なお知らせなど)をメールでお知らせいたしますので、必ずご登録をお願い致します。

チェックオンの午前診療・午後診療・予防接種を選択した次のページを下の方にスクロールしてください。



#### 設定方法

