



## 目次

- ☆キャストのほのぼの日記  
わくわくアシスタントたくさ
- ☆クリニックからのお知らせ
  - ・栄養相談
  - ・もぐもぐ広場（離乳食教室）
- ☆診療カレンダー
- ☆令和5年4月からの予防接種変更について  
その1
  - ・四種混合ワクチンについて
- ☆令和5年4月からの予防接種変更について  
その2
  - ・子宮頸がんワクチンについて
  - ・日本脳炎ワクチンについて
- ☆おりがみ先生のわくわくコラム その28

## ★キャストのほのぼの日記★ 『写真』

わくわくアシスタント  
たくさ



4月ですね！進級や入園入学のシーズンですね。おめでとうございます🎉

皆さんは写真の管理をどうされていますか？自宅に写真のアルバムがたくさんあります。子どもが小さい頃は、カメラで写真を撮って写真屋さんで現像する時代でした。外出先で「写ルンです」を購入して写真を撮ることもありましたね。とてもわくわくしてお店へ写真を取りに行っていたことを思い出します。

カメラのフィルムは24枚でしたので1枚1枚が貴重でした。出来た写真が真っ黒で写っていない事があり、かなりショックだった事もありました。

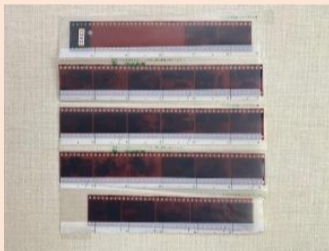
写真の焼き増しをして友人や家族へプレゼントをしたことも。今の時代、考えられないことだと思います。Lineやメールで簡単に送れる便利な時代になりましたね。

5年前、自宅の断捨離をした時に「この際に写真を整理しよう！」と取りかかりました。ある時期まではアルバムに整理されていましたがその後はケースの中にどっさり入れたまま。

まずケースから写真を出して、同じような写真は1枚に絞り込む作業。写真を見ながら懐かしさで手が止まり、1枚に絞るのもなかなか決められず。

一人1冊のアルバムを作成しようと考えていますがどの写真をアルバムに入れるかで悩み苦戦。どの写真も思い出があり、残したい写真ばかり。数日間作業していましたが、中断してしまい今に至ります。この続きは時間にゆとりができれば主人と一緒にしようと思っています。ずいぶん先になりそうです！

iPhoneの中にも写真がたくさんあるのですがコロナ禍の写真は少ないです。5月にはコロナが季節性インフルエンザなどと同じ「5類」に移行します。旅行で再び楽しめるといいなと思っています。いろんな場所に出かけて写真も撮りたいですね♪



【ネガフィルム】



【ため込んでた写真ケース】



【写真アルバムの一部】

Free wi-fi  
ご利用になれます

## クリニックからのお知らせ

### 栄養相談

4月21日（金）

5月19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）



大変お待たせいたしました。新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止させていたおりましたが、**4月より再開いたします。**

4月19日（水）10:15～12:00

5月17日（水）10:15～12:00

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まいります。予約が必要ですのでキャストまでお声をかけ下さい。

## 診療カレンダー

April 4 令和5年 2023						
日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29 休診	30	31	1 午後休診
2	3	4	5 休診	6	7	8 午後休診
9	10	11	12 休診	13	14	15 午後休診
16	17	18	19 休診 もぐもぐ広場 (予約制)	20	21 栄養相談 (予約制)	22 午後休診
23	24	25	26 休診	27	28	29 昭和の日
30	1	2	3	4	5	6

May 5 令和5年 2023						
日	月	火	水	木	金	土
30	1	2	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 午後休診
7	8	9	10 休診	11	12	13 午後休診
14	15	16	17 休診 もぐもぐ広場 (予約制)	18	19 栄養相談 (予約制)	20 午後休診
21	22	23	24 休診	25	26	27 午後休診
28	29	30	31 休診	1	2	3
4	5	6	7	8	9	10

## 令和5年4月からの予防接種の変更について その1

### ☆四種混合ワクチンについて

令和5年4月より、接種対象月齢が生後3カ月以上から**生後2カ月以上**に変更になります。

- ロタウイルスワクチン 1回目
- B型肝炎ワクチン 1回目
- 四種混合ワクチン 1回目**
- ヒブワクチン 1回目
- 肺炎球菌ワクチン 1回目

生後2カ月  
ワクチンデビューの  
おすすめスケジュール  
です！





## 令和5年4月からの予防接種の変更について その2

### ☆子宮頸がんワクチンについて

定期接種対象年齢 小学校6年～高校1年女子

4月より、子宮頸がんワクチンの種類で

「シルガード9」(HPV9価ワクチン)

を接種することができます。



#### 【標準の接種対象年齢】

小学校6年～高校1年生の女子は子宮頸がんワクチンを公費で受けられます。ワクチンの種類や接種する年齢によって接種の回数や間隔が異なりますが、いずれのワクチンも半年～1年の間に決められた回数を接種することができます。

松江市では中学1年の4月に予診票が郵送されます。

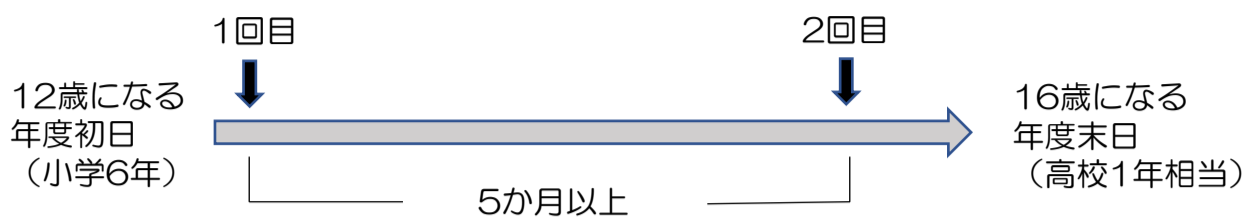
#### 【キャッチアップ接種対象年齢】

平成9年4月2日～平成19年4月1日生まれの方も公費で受けられます。

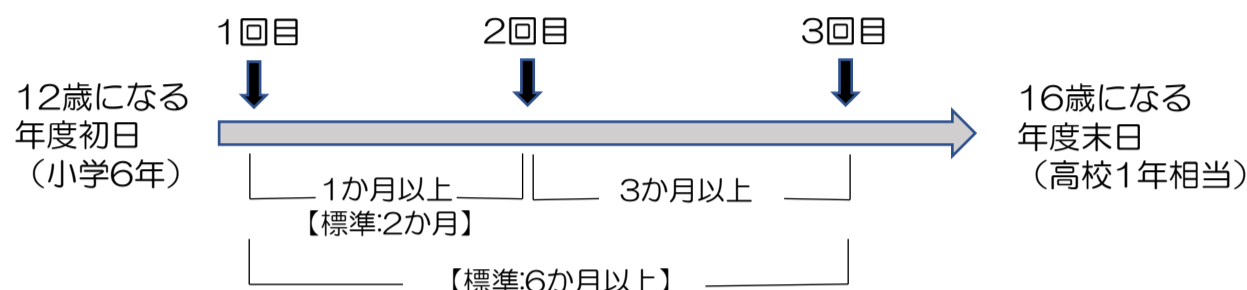
詳しくは、ぽよぽよクリニックまでご相談ください。

### 〈シルガード9 (HPV9価ワクチン) の定期接種年齢と接種回数〉

1回目の接種が15歳未満は  
《シルガード9 (HPV9価)》2回接種が標準です



《シルガード9 (HPV9価)》3回接種も選択できます



### ☆日本脳炎ワクチンについて

日本脳炎は、日本脳炎ウイルスを保有する蚊にさされることで感染します。食用として飼育されているブタが日本脳炎ウイルスの増幅動物とされています。



### 〈3歳未満で日本脳炎予防接種を希望される方へ〉

4月から接種当日、医療機関の窓口にて3歳以上の予診票を回収の上、3歳未満の予診票(クリニックにございます)を使用して接種することができるようになりました。

現在、日本脳炎ワクチンの1期の標準的接種時期は、3歳からとされていますが、希望すれば生後6か月以上であればいつでも接種可能です。

現在、お持ちの予診票は「3歳以上」での接種でしか使えません。

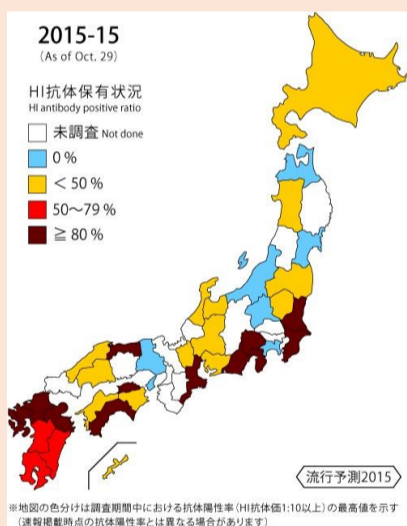
4月以降に3歳未満で接種希望の方は、「3歳未満」用の予診票を接種医療機関の窓口でお渡し致します。

最近日本脳炎患者が発生した地域・ブタの日本脳炎ウイルス抗体保有率が高い地域に居住する小児【図:1】に対しては生後6か月から日本脳炎ワクチンの接種を開始することが推奨されます。

ただし、接種量は3歳未満で0.25mL、3歳以上で0.5mLと異なります。

なお、1期接種を初回接種から追加接種まで全て0.25mLで済ませた場合でも、免疫原性に問題がないことが確認されています。

【日本小児科学会Webページより抜粋】



【図:1】

接種当日に、現在お持ちの「3歳以上」の予診票は回収させていただきますので、無記入のまま必ずお持ちください。

#### ※ご注意

雲南市、安来市、出雲市の予診票は現在お持ちの物が3歳未満でも使用可能です。

生後6ヵ月以上のお子さまは早目の接種をご検討ください。

## おりがみ先生のわくわくコラム その28



こんにちは。楽しく折り紙折っていますか？

桜をはじめ、色々な花が咲き始めて1年で一番華やかな季節になりましたね。重たいコートを脱いで、体も心も軽く様々なことに挑戦してみたくになりますね。

今回は「不切正方形一枚折り(ふせつせいほうけいいちまいおり)」についてお話します。

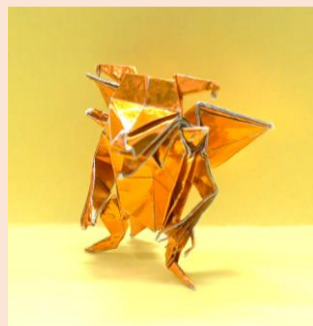
「不切正方形一枚折り」とは、はさみなどで切ったり切れ込みを入れたりせず、正方形の紙を1枚使って折ることです。

切れ込みを入れたり、2枚以上の折り紙を使えば幅広く作品を創ることができますが、1枚の折り紙でどれだけ表現することができるかというのが折り紙作家さんの誇りになっているそうです。

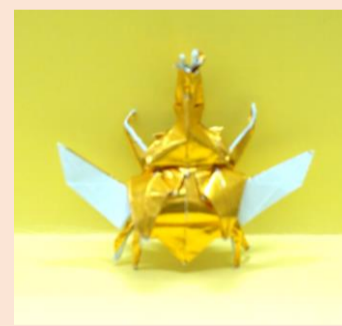
私は創作はしないのですが、本を見て折っていくと「1枚の正方形がこんなふうになるとは！」と作る度に感動します。手足のあるものや角がたくさんある作品は、「一体どうやったらこんなふうにするかを考えられるのだろう？」と感心しきりです。

一方切れ込みを入れたり、2枚以上の折り紙で作った作品も大好きです。2枚以上で作った折り紙でみなさんが一番よく知っているのは「手裏剣」と「こま」ではないでしょうか。切れ込みや複数の折り紙を使った作品はより表現の幅が広がって、様々な作品ができます。私の好きなユニット折り紙もその一つです。

1枚の折り紙でできているとは思えないほど精巧な作品だったり、たくさんの折り紙を使ったり切り込みを入れることで色々な作品ができたり、折り紙ってとても奥が深くて楽しいですね。



《悪魔》



《カブトムシ》

不切正方形一枚折で作った「悪魔」と「カブトムシ」。工程は100を超えます。切らずに、ここまで角を出せるのはすごいですね。



《ユニット折紙270枚組》



《連鶴「妹背山」》  
長方形の紙に切れ込みを入れて作成します。