



## 目次

☆今年のふりかえり

☆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）
- ・休診のお知らせ

☆診療カレンダー

☆米粉にチャレンジ！

☆おりがみ先生のわくわくコラム その41

## 今年のふりかえり

今年の1月に「今年の漢字」を発表しました。  
1年経ちました今回は、そのふりかえりをさせていただきます。



### 『昇』

旭日（きょくじつ）とは朝日の昇る勢いをたとえているそうです。旭日のごとく、全国区デビューを果たしました。2024年1月日本小児科医会の主催する小児科医向けセミナーで「学校医は楽しんで学校へ行こう！」という講演をさせていただきました。貴重なチャンスとなりました。

ぽよぽよ先生



### 『整』

お仕事の始まりは**駐車場や玄関のお掃除**を行い、私の心も自然に整います。患者さんや保護者さんと関わらせていただく中で、特にお声かけを意識した1年でした。診療以外のお話も楽しくさせていただき私も笑顔になりました(^\_^)

たくさ



### 『活』

今年もたくさんの子どもの笑顔に触れて、活き活きとした1年を送ることができました。折り紙作品も見て触れていただき、**折り紙の楽しさ**もお届けすることができました。来年も楽しい1年となるよう頑張ります。

はた



### 『支』

お子さんやお母さん方の支えになれるように、しっかりお話をお聴きしてできるだけお答えしてきました。これからも**頼れるキャスト**になれるよう頑張ります。

えだね



### 『進』

**進んで声かけ**ができるように、スムーズに診察できるように行動してまいりました。気になる事や不安などを受診の時に相談できるようにこれからも進んで行動していきます！！

かどわき



### 『癒』

**患者様に寄り添い、丁寧な対応**を心がけました。常に院内の整理整頓をし、掲示物など分かりやすく工夫しました。これからも院内で心地よく過ごしていただけるよう努力していきたいと思います。

いしはら



### 『動』

自分のまわりにいる方に笑顔になっていただけるよう、**精一杯行動しました**。お子さんの笑顔には本当に癒され、仕事の励みになります。私の生きがいです。来年もどうぞよろしくお願いいたします。

ふじはら



### 『陽』

今年は**太陽のようにあたたかい雰囲気**でお迎えする事を心がけました。参加型の壁面を再開し、たくさんの方にかわいい絵を描いていただきました。皆様に笑顔になっていただけて嬉しかったです。

しおの



## クリニックからのお知らせ

### 栄養相談

2024年12月6日(金)  
12月20日(金)  
2025年1月17日(金)  
予約が必要です  
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）



2024年12月11日(水) 10:10~12:00  
2025年1月22日(水) 10:10~12:00

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おかけ下さい。

### 年末年始の休診のお知らせ



2024年12月30日(月)  
~2025年1月4日(土)



長期の休診となりますので、  
定期受診等はお早めに  
お願いいたします。

## 診療カレンダー



December 12 令和6年 2024

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

January 1 令和7年 2025

| 日  | 月          | 火  | 水                           | 木  | 金                   | 土          |
|----|------------|----|-----------------------------|----|---------------------|------------|
| 29 | 30         | 31 | 1<br>元日                     | 2  | 3                   | 4          |
| 5  | 6          | 7  | 8<br>休診                     | 9  | 10                  | 11<br>午後休診 |
| 12 | 13<br>成人の日 | 14 | 15<br>休診                    | 16 | 17<br>栄養相談<br>(予約制) | 18<br>午後休診 |
| 19 | 20         | 21 | 22<br>休診<br>もぐもぐ広場<br>(予約制) | 23 | 24                  | 25<br>午後休診 |
| 26 | 27         | 28 | 29<br>休診                    | 30 | 31                  | 1          |
| 2  | 3          | 4  | 5                           | 6  | 7                   | 8          |



## 米粉にチャレンジ！



わくわくアシスタントたくさです。  
小麦アレルギーをお持ちのママさんに「メニューがワンパターン」になるとお話をお聴きしました。前回のパンケーキやうどんに続きグラタンやシフォンケーキ、天ぷらにチャレンジしました♪

### ★グラタン

具は玉ねぎやシメジ、ベーコン、厚揚げと冷蔵庫にあるもので作りました。  
ホワイトソースは小麦粉より米粉の方が、だまにならず作りやすかったです(^^)



### ★シフォンケーキ

せっかく泡立てたメレンゲが少し潰れてしまっ、もう一度リベンジしたいです。

グラタンとシフォンケーキはキャストに試食していただきました(^^)「米粉だと言われても、わからなかったです」「ボリュームがあり美味しかったです」と嬉しい感想をいただきました。



### ★天ぷら

天ぷら衣は米粉・卵・水をまぜて作りました。野菜はさつまいも・ピーマン・ごぼう・モロコインゲン。揚げたてを試食。衣はサクサクして美味しかったです。サツマイモはやや厚切りにしてホクホクでした。ごぼうはさがきにして、かき揚げ風にして天ぷらを堪能しました。



### ★クッキー

抹茶を入れたクッキーと2種類作りました。



米粉を使っの料理は、毎回試食が楽しみでした。その後、数回グラタンを作り熱々のグラタンで体が温まりました。米粉チャレンジ、楽しませていただきました(^^)♪



## おりがみ先生のわくわくコラム その41

こんにちは。スマイルクリエイターはたです。  
楽しく折り紙折っていますか？



いよいよ今年最後の月になりましたね。みなさんどんな1年でしたでしょうか。今年も1年間、折り紙コラムを掲載させていただき、みなさんにも読んでいただけたことがとても嬉しいです。これから色々な情報や作品を紹介していきますので、よろしくお願い致します。

今回は製作した作品の紹介をします。  
以前に、このコラムにて「ネコ」の作品を2つ紹介しました。仰向けになったネコの「にゃんこ」と、首をつままれた「つままれにゃんこ」の2つです。今回はネコと同様に広く愛されている、「イヌ」の作品で、「座る日本犬」と「柴犬」を紹介します。

【座る日本犬】  
小鳥の基本形から作ります。工程は13ほどで手軽に作ることができます。ピンと立った耳と、くるんと巻いた尻尾がとてもかわいいです。作成にかかった時間は、15分くらいです。

### 【柴犬】

とても複雑な作品です。30cm角の折り紙を使用し、できあがりの作品は16cmくらいです。工程は170を越えていて何度かやり直ししながら作りあげました。作成にかかった時間は2日くらいです

今回は難しい作品と簡単な作品を作りました。難しい作品は作りごたえがあり、達成感があります。簡単な作品は、たくさん作ることが出来るので、何個も作っていくうちに上達が見えるのが楽しいですね。

それでは楽しく折り紙折ってくださいね



【小鳥の基本形】  
今回は犬を作りましたが、この基本形からさまざまな鳥の作品も作れます



【座る日本犬】  
左は15cm、右は17.5cmの折り紙で作りました。



【柴犬】  
顔や首元、お腹の毛色の違いを出すことで、柴犬らしさが出ています。