



## 新ぽよぽよぽん！

第233号 2025年9月・10月号

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  
Email smile@poyopoyo.jp



## 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
  - ・もぐもぐ広場（離乳食教室）
  - ・栄養相談
- ★診療カレンダー
- ★第13回キッザニアぽよぽよを  
開催しました！
- ★インフルエンザワクチンのお知らせ
- ★おりがみ先生のわくわくコラム  
その47

★キャストのほのぼの日記★  
『スイカ日記』わくわくアシスタント  
たくさ

みなさんは野菜や植物を育てたことがありますか？私は以前からスイカを苗から植えて育ててみたいとう願望がありました。スイカは大好物なんです(^\_^♪ 今年初めて小玉スイカの苗を2株購入して育ててみました。

- ① 最初は土づくり
  - ② マルチを張り苗を植える
  - ③ 親ツルを摘心
  - ④ 子ツルを4本に剪定
  - ⑤ スイカの花が咲き交配
- ※お天気の良い日に午前10時までに交配  
割りばしに交配した日にちを記載
- ⑥ 交配から35日で収穫！

つるがぐんぐん伸びていき赤ちゃんスイカが日に日に大きくなるのが楽しみな日々でした。ある程度大きくなってカラス対策でネットを張り収穫の日を待ちました。朝、近くでカラスが鳴くと慌ててスイカを見に行ったりして、農家さんのお気持ちがよく分かりました。

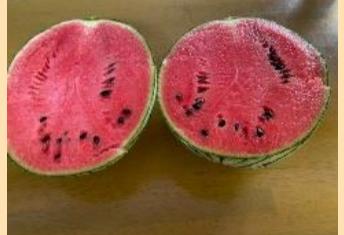


【赤ちゃんスイカ】



【ネットを張りました】

お蔭様でいよいよ収穫日を迎えて、つるをカット。冷蔵庫に入れて冷やし翌日に半分にカット。ドキドキしながらスイカを見ると皮が薄く真っ赤な果肉！見るからにおいしそう♪食べてみると、とても甘くて上出来でした。半分はキャストに差し入れして喜んでいただけました。今年は梅雨明けが早く晴天が続き甘いスイカが出来たのかなと推測しています。初収穫は本当に嬉しく大感動でした(^\_^♪



【初収穫のスイカ】

1週間後に2個目を収穫。友人に宅急便で送り喜んでいただけました♪ 小玉スイカは全部で8個収穫。キャストや知人にも食べていただき「甘かったよ～。」「美味しいよ。」と言っていただけて嬉しかったです。暑い夏でしたが毎朝、スイカの成長を見て出勤するのが日課でした。

育てる楽しみ・食べる楽しみ・プレゼントする楽しみ。たくさんのお楽しみをいただきました。来年もチャレンジしようと思います！



## クリニックからのお知らせ



## もぐもぐ広場（離乳食教室）

9月10日（水）  
10月22日（水）  
11月12日（水）

管理栄養士伊藤孝子先生が離乳食のお悩みなどを解決していただきます。  
予約が必要ですのでキャストまでお声をおかけ下さい。

## 栄養相談

9月12日（金）、26日（金）  
10月10日（金）、31日（金）  
11月14日（金）、28日（金）



フリーWi-Fiが使えます。  
キャッシュレス決済も  
ご利用ください。

## ご協力のお願い

診察でご来院の患者様は、クリニックの駐車場にお着きになられましたら、当院へ必ずお電話をお願いいたします。このお電話で来院確認とさせていただきます。



## 診療カレンダー

September 9 2025

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

October 10 2025

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



November 11 2025

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	31	1 午後休診
2	3 文化の日	4	5 休診	6	7	8 午後休診
9	10	11	12 休診	13	14 栄養相談 (予約制)	15 午後休診
16	17	18	19 休診	20	21	22 午後休診
23 勤労感謝の日	24 振替休日	25	26 休診	27	28 栄養相談 (予約制)	29 午後休診
30	1	2	3	4	5	6



## 第13回 キッザニアぽよぽよを開催しました！

7月23日に第13回キッザニアぽよぽよを開催しました。12名の参加者の皆さんにぽよぽよクリニックでのお仕事体験をしていただきました。ドクター部門・ヘルスソポーター部門・スマイルクリエーター部門の3つの部門をローテーションして全て体験していただきました。ぽよぽよ先生やキャストから、どんなことを大切にしながら仕事をしているのかをお伝えさせていただきました。

### 【始まりの会】



「チームぽよぽよいくぞ！」  
「おーー！！」

### 【終わりの会】



「みんながんばったね」

はじめは緊張した表情の子ども達でしたが、体験していくうちにキラキラの笑顔や真剣な表情がたくさんみられました。

体験後のアンケートでは「心ぞうの音が聞こえてビックリした！」「ブーさんの血をとるのが楽しかった。」など嬉しい感想がありました。

## インフルエンザワクチンのお知らせ

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。今回から対象者を高校生まで拡大します！ご予約は9月5日（金）からWEB予約にて行っております。予約枠がなくなり次第終了いたします。

また、今年度から、従来より行っている注射ワクチンに加えて、経鼻ワクチン（鼻へ噴霧するタイプのワクチン「フルミスト」）の接種もご提供します。

注射ワクチンと経鼻ワクチンの接種間違いを防ぐために、受けられる皆さんにご確認、ご了承いただきたいことが2点ございます。

### 1. 接種の時間帯を完全に分けております。

経鼻ワクチン：接種日（土曜）14:00～14:45

注射ワクチン：接種日（土曜）15:00～17:00

ご兄弟であっても時間帯を分けて接種していただきます。

※詳しくは当院WEBサイトにてご確認下さい。

### 2. 予診票を分けております。

当院WEBサイトにそれぞれお知らせを載せております。

各お知らせからダウンロード画面に移行できます。

鼻のマークが左上部にあるのが経鼻ワクチン用です。

### ★ドクター部門

白衣を着て聴診器を持って、準備OK！ぽよぽよ先生からのクイズに答えたり、2人ペアでお互いに心臓の音を聴いたり貴重な体験が出来ましたね！なんと！聴診器はクリニックからプレゼント！



### ★ヘルスソポーター部門

新生児くらいの重さのある、赤ちゃん人形の体重測定をしていただきました。人形が重いので、肌着やオムツを脱がせたり着せたりも大変でしたが頑張りました！普段は触ることのない、注射器（針なし）などの医療器具にも触ってみましたよ。



### ★スマイルクリエーター部門

Web問診の印刷と、処方箋と領収書の発行をしました。Web問診には、どのような症状が記入されているか、会計時にはどんな声掛けをするのかをみんなで考えました。少し難しい内容でしたが、キャストとして一生懸命に考える姿が印象的でした。



## インフルエンザワクチンのお知らせ

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。今回から対象者を高校生まで拡大します！ご予約は9月5日（金）からWEB予約にて行っております。予約枠がなくなり次第終了いたします。

また、今年度から、従来より行っている注射ワクチンに加えて、経鼻ワクチン（鼻へ噴霧するタイプのワクチン「フルミスト」）の接種もご提供します。

注射ワクチンと経鼻ワクチンの接種間違いを防ぐために、受けられる皆さんにご確認、ご了承いただきたいことが2点ございます。

### 1. 接種の時間帯を完全に分けております。

経鼻ワクチン：接種日（土曜）14:00～14:45

注射ワクチン：接種日（土曜）15:00～17:00

ご兄弟であっても時間帯を分けて接種していただきます。

※詳しくは当院WEBサイトにてご確認下さい。

### 2. 予診票を分けております。

当院WEBサイトにそれぞれお知らせを載せております。

各お知らせからダウンロード画面に移行できます。

鼻のマークが左上部にあるのが経鼻ワクチン用です。

## 経鼻インフルワクチン「フルミスト」はこんなワクチンです

○鼻へ噴霧するため、針を刺す必要がありません

○2～18歳の方が対象です

○1シーズン1回で完了です

（左右それぞれの鼻へワクチンを1回ずつ噴霧します）

○ワクチン接種後に、鼻汁、鼻づまり、咳、喉の痛み、発熱、頭痛などの副反応（インフルエンザと同じような症状）が現れることがあります

○喘息の調子が悪い方は接種できません



## 経鼻インフルワクチン用 予診票

鼻のマーク  
付き！！

経鼻弱毒生インフルエンザワクチン(フルミスト点鼻液)接種 予診票		
※接種希望の方へ：太クワ内にご記入ください。		
住 所	診察前の体温	度 分
〒	度	分
TEL ( ) -		

## 注射インフルワクチン用 予診票

インフルエンザ予防接種予診票		
※接種希望の方へ：太クワ内にご記入ください。		
※お子さんの場合は、健診結果をよく把握している保護者がご記入下さい。 診察前の体温		
住 所	度	分
〒	度	分
TEL ( ) -		
□□□□□	男 生年	男 生
□□□□□	女 生年	女 生
□□□□□	月	月

## おりがみ先生のわくわくコラム その47



こんにちは。楽しく折り紙折っていますか？

【はた】

今回は以前にも紹介した折り紙の「基本形」についてお話しします。折り紙の基本形は、いろいろな作品を作るときの出発点になる折り方のことをいいます。始めから複雑な形を折るのではなく、ある一定の形まで折ってから、そこから動物や植物などに発展させていくのです。

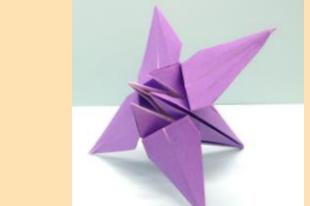
今回は「花の基本形」の紹介です。この形からは、花びらのある植物や、立体的な作品へと発展させることができます。折り方は、鶴を折る途中から、少し折り方を変えることで作ることができます。コツは先端の尖った部分をしっかりとあわせて作ることです。

花や植物以外にもカタツムリやカエルなどの動物にも変化していくので、この基本形がしっかりと折れるように練習頑張りましょうね。

それでは楽しく折り紙折ってくださいね。



【カタツムリ】



【あやめ】



【花の基本形】



【カエル】



【ゆり】



【柿】