



## ★キャストのほのぼの日記★ 『一般道の風情を楽しむ！』

ヘルスサポーター  
かどわき



私の娘は大学生で広島に住んでいます。「迎えに来て！」とか「〇〇へ連れて行って！」と娘にリクエストされると嬉々として車でかけつけます。送迎には松江道と中国道を使って片道3時間かかります。何度も往復したお陰で方向音痴の私がナビを見なくても行けるようになりました。

54号線は山道なのですが運転しやすい道幅で、途中にコンビニや道の駅などもあり、片道4時間半もかかりましたが思ったよりも快適でした。桜の時期でしたので、道中楽しむことができました。道の駅では、美味しいものやお土産がたくさんありました。

ある時、大問題が起こりました！！娘を送る為に広島へ向かっている途中の時のことです。松江道で事故があり上り線の一部が通行止めに。いつ解除されるか不明というのです。

広島に到着し帰り道を検索すると『松江道は上下線とも全面通行止め・解除時間は不明・54号線で迂回を』と出ました。

私は54号線を利用したことがなく夜の道が不安だったため、中国道を使い岡山から米子道経由で帰宅。無事に帰れたのですが片道だけで5時間半かかり、松江道のありがたさを痛感しました。

こんな経験から『54号線に慣れておこう』と思い、次の機会にチャレンジしました。



【道の駅の看板】

【道中の桜】

高速道では一瞬で通り過ぎてしまい気が付かなかったことが、一般道を利用することでその土地の景色や美味しいものに出逢えることができました。ただ一つ問題点が・・・美味しいものやお土産が、高速代よりも高くなってしまいます。次は観光として楽しもうと思います！

### 目次

☆キャストのほのぼの日記  
ヘルスサポーター かどわき

☆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  
・休診

☆診療カレンダー

☆イベントのお知らせ

☆麻しんの流行拡大に伴い、麻しん風しん混合（MR）ワクチン第2期の接種はお早めに！

☆午後の診療が時間予約に変更になりました

☆おりがみ先生のわくわくコラム  
その50



## クリニックからのお知らせ

### もぐもぐ広場（離乳食教室）

5月20日（水）  
6月17日（水）  
7月15日（水）

### 栄養相談

5月 8日（金）、22日（金）  
6月12日（金）、26日（金）  
7月10日（金）、24日（金）

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けます。予約が必要ですのでキャストまでお声をかけ下さい。



### 5月連休の休診のお知らせ

2026年5月3日（日）～  
2026年5月6日（水）  
（ゴールデンウィーク）  
休診とさせていただきます。

### ご協力をお願い

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

May 5 令和8年 2026						
日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29 休診	30	1	2 午後休診
3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日	6 振替休日	7	8	9 午後休診
10	11	12	13 休診	14	15	16 午後休診
17	18	19	20 休診	21	22	23 午後休診
24	25	26	27 休診	28	29	30 午後休診
31	1	2	3	4	5	6

June 6 令和8年 2026						
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	13 午後休診
14	15	16	17 休診	18	19	20 午後休診
21	22	23	24 休診	25	26	27 午後休診
28	29	30	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11

July 7 令和8年 2026						
日	月	火	水	木	金	土
28	29	30	1 休診	2	3	4
5	6	7	8 休診	9	10	11 午後休診
12	13	14	15 休診	16	17	18 午後休診
19	20 海の日	21	22 休診	23	24	25 午後休診
26	27	28	29 休診	30	31	1
2	3	4	5	6	7	8



## イベントのお知らせ

## 第14回キッズニアぽよぽよ開催決定！！

「ぽよぽよクリニックでのお仕事ってなんだろう？」  
お仕事体験を通して、「命の大切さ」や「私たちが大切にしていること」をお伝えします。  
仕事内容は、ドクター・ヘルスサポーター・スマイルクリエイターの3部門です。

日時 7月29日(水) 9:15~11:00  
募集人数 小学1年生~6年生 12名  
応募期間 6月2日(火)~6月27日(土)  
応募方法 お電話、受付にてご応募ください  
・お子さまのお名前・生年月日・身長(10cm刻み)  
・住所・電話番号



### 【ご応募の際は必ずご確認ください】

- ・応募多数の場合は、厳正な抽選にて決定し、郵送にてご連絡申し上げます。
- ・ご兄弟でも一緒に参加できない場合がございます。
- ・動画や写真撮影はしていただいて構いませんが、体験中はそっと見守ってあげてください。個人情報保護は十分に配慮してください。
- ・当院で撮影した映像をWEBサイトやニュースレター、学会等で使用させていただきます。ご了承くださいませ。
- ・付き添いは1名です。
- ・イベント当日に体調不良がある場合は、参加をご遠慮ください。



## 麻しんの流行拡大に伴い、麻しん風しん混合(MR)ワクチン第2期の接種はお早めに！！

島根県ではまだ報告はありませんが、全国的(特に大都市部)での麻しんの流行が急激に拡大しています。予防のためには**ワクチンの2回目の接種が重要**となります。第2期のワクチン接種がまだの方は早めに接種しましょう！

### 【麻しん風しん(MR)混合ワクチン第2期】

**年長児**のお子さまが対象です。  
本年度は、**令和2年4月2日~令和3年4月1日**生まれの方です。  
公費期間は**令和9年3月31日まで**となっておりますが、流行拡大に伴い、早目に計画なさってください。  
すでに2回目の接種がお済みの方は、感染リスクが低いのでご安心ください。

接種のご予約は、当院WEBサイト(チェック・オン)やお電話にて承ります。  
**予診票と母子手帳がないと接種ができません。**  
接種当日までにご確認ください。



## 午後の診療が時間予約に変更になりました

2026年4月から午後の順番取りが、時間予約に変更になりました。

### <変更点>

- 時間予約は当日12時からです。
- 診療開始は15時からです。
- 時間予約が完了しましたらWEB問診の入力をお願いします。
- 予約時間の5分前にお越しください。
- 予約時間を過ぎてのご来院は、待ち時間が大幅に長くなります。(場合によってはキャンセルとなります)
- 予約時間の確認は「午後診療」メニューの「予約を確認する」から確認していただけます。
- 駐車場へ到着されましたら必ずぽよぽよクリニックまでお電話をお願いいたします。

## おりがみ先生のわくわくコラム その50



こんにちは！楽しくおりがみ折っていますか？

みなさんは「折り鶴」をご存じでしょうか。どなたでも一度は目にされたことや、折ったことがおありですね。「折り紙といえば？」と問われれば真っ先に思いつく、折り紙の代表です。その歴史も古く、約200年前頃に三重県桑名市の魯縞庵義道(ろこうあんぎどう)という住職さんが考案されたものだそうです。私もとても好きな作品の一つで、折り方のコツをお伝えする時や派生した作品など、折る機会が大変多いです。

今回は、その「折り鶴」の派生作品を3つ紹介します。

1つ目は「連鶴」です。上記で紹介した魯縞庵義道住職が考案された作品です。桑名市の無形文化財となっています。



【青海波】  
(せいがいは)

穏やかな波がどこまでも続く様子を描いた和柄を模した連鶴です。

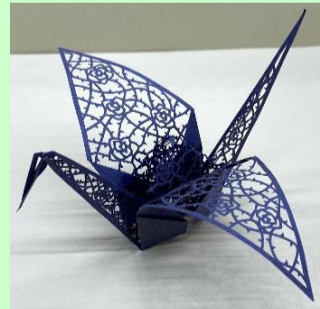


【龍籠車】

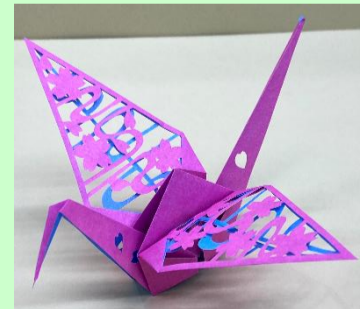
(りんどうぐるま)  
龍籠は竜胆とも書く多年草の花のことです。家紋としても知られています。



私は同じ紙作品でもある「切り絵」も好きで、よく作品を作ります。2つ目は、その切り絵と折り紙を融合させた「立体切り絵」です。今回は濱直史さんが考案された作品を作りました。どちらもまずは切り絵をして、その後に鶴を折ります。特にバラ模様の鶴は細工が細かく、切り絵はもちろん折る時にも細心の注意を払いながら折ることが求められます。バラ模様の鶴は約1週間くらい、桜模様の鶴は1日で作ることができました。



【バラ模様×鶴】



【流水に桜模様×鶴】

3つ目は、「鶴星人」です。なんと折り鶴に手足が生えています。二本足で立つ姿はとてもシュールで、どうして鶴に手足が生えちゃったのかとても不思議ですね。こちらは笹出晋司さんが創作された作品です。今回は15cmのホイル紙で1時間くらいで作りました。



【鶴星人】

今回は3種類の折り鶴の派生作品を紹介しました。このほかにも折り鶴をモチーフにした作品がたくさんあります。またいつかご紹介しますのでお楽しみになさってくださいね。