

+ ホームドクターを探そう! +

ゲンキのモト

[vol.22] 2010 WINTER

[無料]

ご自由にお持ちください

ご近所のクリニック・医院の
クチコミ情報をカタチにしました★
かかりつけ医を探す道しるべに!

おめでとう!

小児科ドクターと学ぼう!!
アレルギー教室「基肌育講座」

教えてドクター

ワクチンのこと、もっと知りたい!

パディントン ベア™の
ぬりえもあるよ♪

表紙モデルグランプリ
★

今回のクチコミ
医院特集は

小児科

17万部
発行

子どもの夢を
育てたい
ママたちへ

Interview

前向きな行動力の 秘訣を教えて!



アメフトは野球より
ルールがずっと簡
単! すぐに楽しく観
戦できますよ。

アメリカンフットボール選手 有馬隼人さんに インタビュー!

走る、投げる、蹴る、ぶつかる…体と頭脳を駆使して勝利を奪うアメリカンフットボール! 現在アサヒビールシルバースターの司令塔である有馬隼人さんは、TBSアナウンサーとして活躍するも、アメフトへの情熱を捨てきれず、2004年に現役復帰。その前向きな行動力の秘訣をお聞きました!

Profile

1977年10月29日広島県生まれ
アメリカンフットボール/アサヒビールシルバースターに所属。ポジションはQB、背番号3。高校在学中にアメフトを始め、大学時代は甲子園で優勝に貢献。年間最優秀選手にも選ばれた。その後TBSアナウンサーを経て、2004年に現役復帰。アメフト関連番組や情報番組などにも多数出演中!



Q アメフトとの出会いをおしえてください。

中学の頃、たまたま通りかかったスタジアムが観客であふれかえっていたんですよ。いったい何があるんだろう? と思ってのぞいてみたら、大学のアメフトの試合だったんです。じつは僕が住んでいた大阪はアメフトがとても盛んで、当時はサッカーよりもはるかに人気があって…そのときに「やってみよう」と思ったのがきっかけですね。

Q アメフトの魅力とはなんでしょう?

アメフトは、試合中に一度もボールに触れてはいけないポジションもあるんですよ。ひたすら盾になって相手をブロックする…もう忍耐そのもの(笑) そうやってチームが1つになって試合を勝ち取る、それが魅力ですね。チームプレーに長けているからか、アメフト選手は社会人になっても会社で活躍している人が多いんですよ。

Q いつも前向きでいるために、心がけていることは?

体はしっかり栄養をとったり、鍛えたりしてコントロールできるけど…心はいつもプラスの風が吹いているわけじゃないですよ。それだけに、体はいつも健康でいられるようにしています。そうすれば、たとえば何かうまく行かないことがあっても落ち込んだとしても、体が元気であれば、自然に立ち上がることができますよ。

Q 有馬さんのゲンキのモトを教えてください!

試合だけでなく、いろいろな結果が良ければ、それが「ゲンキのモト」になりますけど、逆に結果が悪いということは、さらにその上がある、ということですよ! もし、悪い結果がでても、それは「ゲンキのモトをつくるモト!」だと思っています。

CHECK!

有馬隼人さんの
試合情報はこちらをチェック!

●アサヒビールシルバースターHP

<http://www.asahibeer.co.jp/silver/>

●有馬隼人さんのブログ「渾身のブログ」

<http://sw0503.exblog.jp/>

●日本社会人アメリカンフットボール Xリーグ公式HP

<http://www.xleague.com/>

応援しに行こう!

アメフト
おもしろいよ!

ゲンキのモト

[vol.22] WINTER 2010



●表紙モデル
蔭美嘉ちゃん

●編集・取材
伊藤みかこ
佐藤野恵
海津百合子

●デザイナー
井上ともみ
座親由紀子

●イラスト
金子ゆき

●撮影
河野啓一朗
水口直史

●印刷
国際ユニ株式会社
〒114-0002
東京都北区王子2-23-13
TEL : 03-3914-4011

●表紙撮影協力
swissies カスタマーサービス
☎0120-985-414 (クツはgolスイス)

●キャラクター協力
株式会社グラディー
商品に関するお問い合わせは下記まで
TEL : 03-3412-9591

●パディングトン ベア™ (Paddington Bear™)
に関する問い合わせ
コピーライティング株式会社
TEL : 03-3377-8300
PADDINGTON BEAR™
©Paddington and Company Ltd 2010
Licensed by Copyrights Asia

季刊誌 ゲンキのモト 冬号 VOL.22
発行日 2010年12月1日
発行部数 170,000部
発行制作 ゲンキのモト編集部
〒102-0082
東京都千代田区一番町4-5-202
TEL : 03-3264-1603
FAX : 03-3264-1604
E-mail : info2@genki-moto.jp

※ゲンキのモトは、商標登録されています。本誌掲載の記事、写真、イラスト等の無断複製・転写・転載を禁じます。



CONTENTS

小児科特集

2 ワクチンのこと、 もっと知りたい!

8 むりえ

9 アレルギーってなあに?

- 小児科ドクターと学ぼう!! アレルギー教室
- 基肌育講座
- 教えてドクターQ&A! 小児アレルギーについて

14 医院・クリニック特集

- | | |
|-----------------|-----------------|
| 取材・特派員プロフィール…14 | セキこどもクリニック…14 |
| おくさわキッズクリニック…15 | 自由が丘メディカルプラザ…15 |
| 奥山こどもクリニック…16 | 萩原医院…16 |
| まつおかこどもクリニック…17 | 麻生小児科医院…17 |
| 崎山小児科…18 | みやた小児科…18 |
| 虫明婦人科内科小児科医院…19 | |

20 ゲンキのモト医院リスト

28 「ゲンキのモト」読者プレゼント!

次号予告/編集後記
アンケート・プレゼント応募用紙

29 ワクワクドキ 体験ツアーのご紹介

30 薬セイジョー・ドラッグセガミもおすすめ! かしこいママのアイテム

33 あしのはたらき

パパ&ママへメッセージ

子ども達はいろいろな能力と可能性を秘めています。でも自分で見つける力がないので、それを地域や周りの大人たちで気づかせてあげられたいですね。ほんの小さなひと言をかけてあげるだけでいいと思うんです。あいさつするように、「新しい靴? いいね」とか「サッカー上手になったね!」とか。そうしているうちに自分の長所を見つけられるし、親以外の大人と言葉を交わすことで、コミュニケーションも上手になっていくと思います。



教えて! ドクター
子どものワクチンについて

任意接種は必要?

●もちろん! 任意接種はすべて
接種が必要です!

そもそも予防接種を1類疾病に対するもの(いわゆる義務接種)とそれ以外の任意接種に区別していること自体がおかしいのです。接種を区別することで任意接種は必要性が低いと勘違いされる方も多いのではないのでしょうか?これらは、単に法律上の区別でしかありません。たとえば任意接種のおたふくは難聴の原因となり、子どもの発達・学習に大きな影響を残します。ワクチンで守れるのであれば、どんな病気からも子どもたちを守ってあげたいと思うのが親心ではないのでしょうか。

●諸外国では、5種混合があたり前!

日本では、3種混合ワクチンに加え、任意接種のヒブやB型肝炎ワクチンを接種しようとなると、毎週のように受けなくてはなりません。欧米では5~6種混合ワクチンの接種が一般的で、接種回数が少なく済み、親の負担も減ります。これは日本の予防接種環境が時代遅れであることを物語っています。この深刻な現状をみんなで考えていきませんか?それには、一人一人の声が非常に大切だと思います。

ナビタスクリニック立川
久住 英二先生

・日本内科学会認定 内科認定医
・日本血液学会認定 血液専門医
・日本旅行医学会 認定医
・日本臨床腫瘍学会

クリニックHP ▶ <http://www.navitasclinic.jp/>
携帯サイト ▶ <http://www.navitasclinic.jp/m/>
Twitter ▶ <http://twitter.com/KusumiEiji>

教えて! ドクター
ワクチン接種のうわさ話

ワクチンを接種するより 麻疹(はしか)や水ぼうそうに かかった方が免疫がつくの?

●それは、医師の立場からするととんでもない話です!

麻疹は高熱が続くだけでなく、肺炎を合併したり、脳炎で一生寝たきりになる恐れもあります。水痘も血管内での炎症から血栓ができ、脳梗塞を引き起こすことが知られています。大人に感染すると社会生活に影響が出るだけでなく、重

症度や合併症のリスクも高くなります。ですので、かかってしまった方が良いということは全くありません。ワクチンで防げる病気は限られており、せめてその数少ない病気からワクチン接種によりお子様を守ってあげてください。

ナビタスクリニック立川
細田 和孝先生

・日本小児科学会
・日本小児循環器学会
・日本小児感染症学会



ワクチンのこと、もっと知りたい!



ご存知ですか? ワクチンで防げるはずの病気にかかり、後遺症に苦しんだり、命を落としたり... 編集長・伊藤の次男も後遺症に悩む1人です。今回のインタビューは、ワクチンの大切さを知って欲しい! という切実な思いを発信しています! 子どもたちを VPD (=ワクチンで防げる病気) から守りましょう!

ネットで「VPD」と検索!

「VPDを知って、子どもを守ろう。」の会
ホームページ <http://www.know-vpd.jp/>
携帯サイト <http://www.know-vpd.jp/m/>

子どもの
ワクチン

ヒブ (Hib)

三種混合
(DPT)

BCG

B型肝炎

麻疹風疹混合
(MR)

水ぼうそう

おたふくかぜ

ポリオ

日本脳炎

インフルエンザ

肺炎球菌
ワクチン

ワクチンで病気を 防ごう!



生まれて2ヶ月から
ワクチンって
うてるんだね!

■予防接種のスケジュール ★詳しくは、かかりつけ医と相談して下さい。

ワクチン名	0 歳	1 歳	2 歳	3 歳	4 歳	5 歳	6 歳	7 歳
	1ヶ月 2ヶ月 3ヶ月 4ヶ月 5ヶ月 6ヶ月 7ヶ月 8ヶ月 9ヶ月 10ヶ月 11ヶ月	1歳 1歳 1歳 1歳 1歳 1歳 1歳 1歳 1歳 1歳 1歳 1歳						(満年齢)
不活化ワクチン B型肝炎	① ②	③						
不活化ワクチン ヒブ		① ② ③	④					
不活化ワクチン 小児用肺炎球菌		① ② ③	④					
不活化ワクチン 三種混合 (DPT)		① ② ③	④					
生ワクチン BCG		①						
生ワクチン ポリオ		① ②						
生ワクチン MR (麻しん風しん混合)		①						
生ワクチン みずぼうそう (水痘)		①						
生ワクチン おたふくかぜ		①						
不活化ワクチン 日本脳炎								
不活化ワクチン インフルエンザ								

不活化ワクチン 生ワクチン 定期予防接種の対象年齢 任意接種の接種できる年齢 おすすめの接種時期 (数字は接種回数) 2010年2月現在

※定期接種: 定められた期間内であれば公費(無料)で受けられる予防接種。任意接種: ほとんどの場合、全額自己負担(有料)で受ける予防接種。

不活化
ワクチン

細菌やウイルスを破壊して、免疫に必要な成分のみを分離したワクチンです。免疫力の低下した人に接種しても病気が起きることはありません。

生ワクチン

細菌やウイルスを、生きたまま病原性を弱めたワクチンです。接種により、免疫力の低下した人、ごくまれに健康人でも、その病気を発病することがあります。



●詳しくは、インターネットで検索!

VPD

検索

CHECK!



おすすめ☆はじめての
予防接種スケジュール

はじめての予防接種。
まず受けるのは、このワクチン!

ヒブ + 小児用肺炎球菌 + 三種混合 (3か月より)

三種混合・ヒブ・
小児用肺炎球菌
ワクチンは同時
接種でOK!





教えて! ドクター
肺炎球菌ワクチンについて

2010年から接種スタート! /

肺炎球菌 ワクチンって?

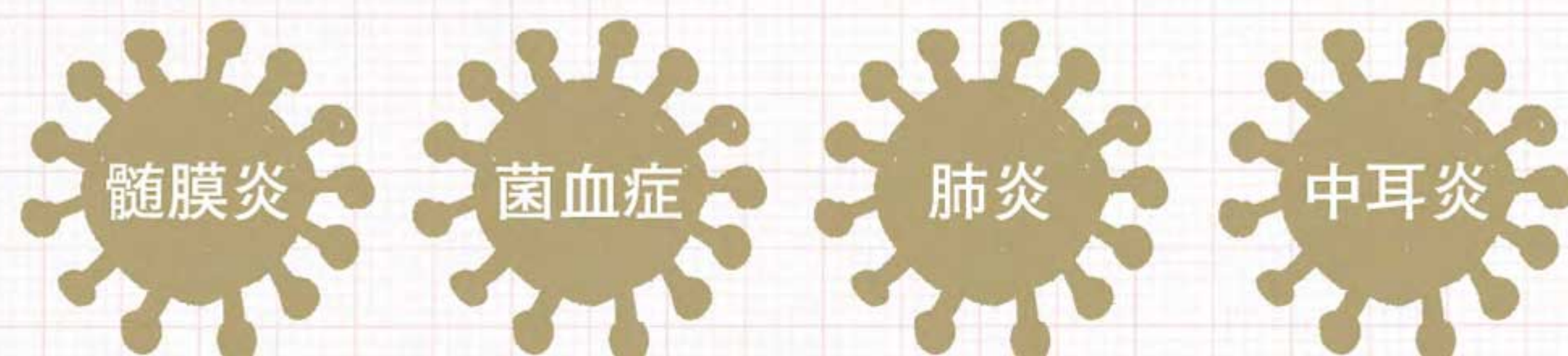
●髄膜炎・菌血症・肺炎・中耳炎を
予防します。

肺炎球菌は鼻やのどについている、ごくありふれた菌です。一番怖いのが、脳や脊髄にある髄膜に菌が侵入して発症する髄膜炎。3人に1人以上が命を落としたり、発達障害などの重い後遺症が残ってしまいます。生後すぐから9才くらいまでにかかりやすいので、保育園などに通う前の接種がとても大切です。生まれた時にお母さんからもらった免疫では対抗できない病気ですので、生後2ヶ月からぜひ接種してください。

保育園・幼稚園
に通う前に接種
しましょう!

生後2ヶ月から
接種できます!
早めに受けましょう。

肺炎球菌ワクチンを接種して、
予防できる病気は!



HPV予防ワクチン (子宮頸がん予防ワクチン)について

昨年暮れから国内でワクチンの販売が始まったHPVワクチンですが、いくつかの誤解が生まれているようです。接種すると不妊になるという噂がありますが、医学的根拠のないまったくのデマです。すでに世界各国で約2,700万人が接種していますが、そのような報告はありません。また接種対象は妊婦さんではなく、11~14歳の女兒(26歳までが推奨)です。正しい知識を知ってもらえたらうれしいです。

こんなうわさ話には
ご注意!!

- ▶接種すると不妊になるというウサ。
- ▶妊婦さんのみが対象というウサ。

デマ
だよ!

教えて! ドクター
HPV予防ワクチンについて



東京大学医科学研究所附属病院内科
子宮頸がん予防ワクチン公費助成推進実行委員会
湯地 晃一郎 先生

子宮頸がん予防ワクチンに関する情報
●Twitter
<http://twitter.com/hpvvaccination>

ヒブ(Hib)感染症ってどんな病気?

私の息子は3才半で感染し、すぐにヒブ髄膜炎にかかっていることがわかりました。医師からの「今夜がヤマです」という信じられない宣告。生きた心地がせず、その時の想いは、今でも忘れられません。誰もがかかる可能性のあるヒブ感染症は、重症化し

重い後遺症や亡くなる可能性も高い病気です。事前にワクチンを打っていれば...という悔やむ気持ち、諸外国では定期接種として一般的と考えられていることなど。すべての方に、ぜひ、ヒブワクチンの大切さを広めていきたいと思います。

ヒブ(Hib)感染症は、
髄膜炎や肺炎など重い感染症に
なりやすい病気です。



●詳しくは
「細菌性髄膜炎から子どもたちを守る会」HP
<http://zuimakuen.net/>
●Twitter
http://twitter.com/non_takahata



細菌性髄膜炎から
子どもたちを守る会
事務局長
高畑 紀一さん

ポリオ(小児まひ)について

生ワクチンであるポリオは「飲むワクチン」というイメージが強いと思いますが、この「飲む生ワクチン」が問題であることをご存知ですか? というのは、1980年以降の日本でのポリオ患者は、「生ワクチン」であるために、接種を受けた子供が発症したり、接種者の排便などからの二次感染で発症しているのです。この悲しい現実是不活

化ワクチンに切り替えるだけで変えられます。これ以上、手足の麻痺や呼吸麻痺などに苦しむポリオ患者を増やさないためにも一日も早い「不活化ワクチン」への切り替えの大切さを皆さんに知って頂きたいのです。国内産ワクチン完成まで、不活化ワクチンを緊急輸入すれば子供をポリオから守れます。必要なのは、みなさんの声です。

●詳しくは「ポリオの会」HP
<http://www.5b.biglobe.ne.jp/polio/>
●Twitter
<http://twitter.com/koyamamariko>

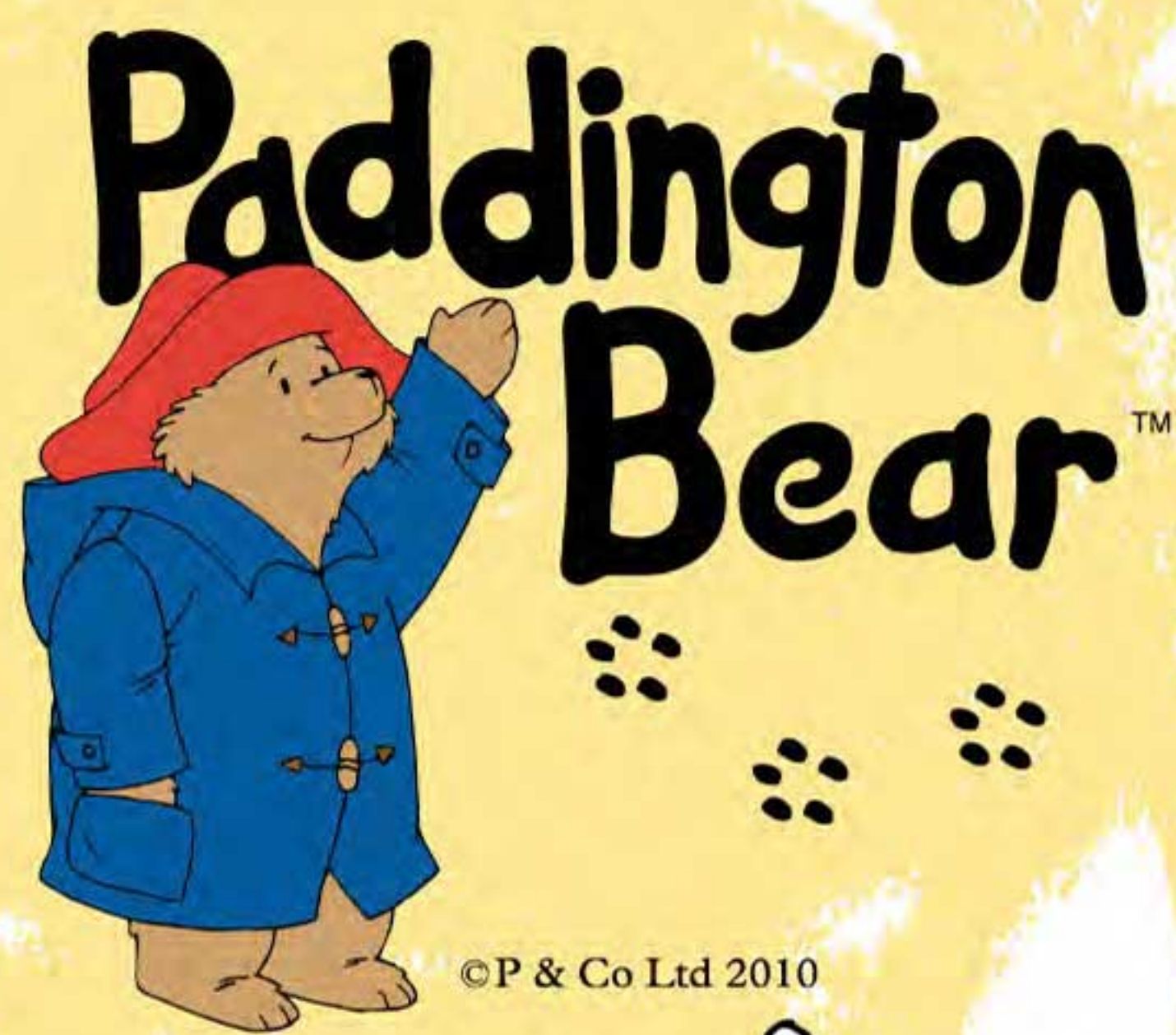


ポリオの会 代表
小山 万里子さん

世界のポリオ「不活化ワクチン」切り替え状況MAP



「不活化ワクチン」を最初に2~3回接種し、その後「生ワクチン」を2~3回接種する国も、中南米・中東の国に含まれる。不活化ワクチンへの切り替えは、生ワクチンによるポリオ(VAPP)二次感染の防止が目的である。
(※2010年2月現在ポリオの会まとめ ※2010年9月更新)



● めりえコーナー ●

パディントン ベアTM
きれいにぬってね!



★スキーのめじをなぞってみよう!

スキー



知ってるようで知らないアレルギーのこと

アレルギーって なあに?

言葉は良く聞けど、実際はどんな病気?
みんなが気になる「アレルギー」について、
さっそく勉強を始めましょう!



「知っておこう★アレルギーの病気」

カユカユ発疹



アトピー性
皮膚炎

アトピー性皮膚炎は、赤くてブツブツとした、かゆみのある湿疹が良くなったり悪くなったりをくり返します。
⇒詳しくは、10ページをご覧ください。

ヒューヒュー



気管支
ぜん息

空気を肺におくる通りの気管支が急に狭くなる病気が、気管支ぜん息です。呼吸が発作的に苦しくなり、息を吐くときに、ヒューヒュー、ピューピュー、ゼーゼーという音がします。原因は、ダニやカビ、動物の毛やフケなどです。



症状いろいろ



食物
アレルギー

食べ物が原因でアレルギー反応がでるのが、食物アレルギーです。じんましんや唇のはれ、腹痛、嘔吐など、症状はさまざまです。
⇒詳しくは、10ページをご覧ください。

グスッグスッ



アレルギー性
鼻炎

鼻のアレルギーで、ぜん息の子にもよくみられます。症状はくしゃみ、鼻水、鼻づまりの他、目やのどのかゆみを伴うこともあります。原因はダニやスギ花粉などです。



どのようにしてアレルギー
はおこるの?



人間には、体に入ってきた細菌やウイルスなどから体を守る「免疫」という働きがあります。この免疫が、本来は無害である食物やダニなどに対し過剰に反応することがあり、これが「アレルギー反応」と呼ばれる現象です。

小児科ドクターと学ぼう!!

パパママ必見!!

アレルギー教室

一緒にじゃないんだ! 食物アレルギーとアトピー性皮膚炎!!



親子で参加★

「食物アレルギー」と「アトピー性皮膚炎」どちらもアレルギーの病気ではあるのだけど、実はこの2つを混同して間違った認識をもっている人がほとんど!今回は食物アレルギーとアトピー性皮膚炎の違い、誤解しやすい点について勉強しました☆

study

セキこどもクリニック

関兼英先生にお聞きしました!!

食物アレルギーとアトピー性皮膚炎
なんで間違えやすいの?

食物アレルギーは「じんましん」のように皮膚に症状が現れるケースが非常に多いです。そのため、食物アレルギーとアトピー性皮膚炎を誤って関連づけて「アトピーだから卵をやめなきゃ」と考える方も多いのでは?疑われる場合は、まずは主治医の先生に相談をしましょう。

食物アレルギーとアトピー性皮膚炎
どちらがうの?

両方を発症する子どもも多くいますが、それぞれの原因はまったく異なります。食物アレルギーは体の内側(胃や腸)を通じて皮膚に現れるため、全身いたるところに「じんましん」が出ます。一方のアトピー性皮膚炎は皮膚のバリア機能の障害のため、皮脂の多いおでこや鼻、乾燥しないオムツの内側の肌には出ません。

食物アレルギーとは?

赤ちゃんのうちは胃や腸が未熟なために食物アレルギーが起こります。本来は吸収されないはずの消化しきれない食物まで吸収するため「何か変なもの入ってきた!追い出さなくては!」と、体がアレルギー反応を引き起こしてしまうのです。

もしかして...
食物アレルギー?
どうすればいいの?

「食物アレルギー=食物除去をする」といった考え方をされるお母さんが多いと思います。しかし、皮膚にアレルギーが出たからといって、食物アレルギーかアトピーかの診断を待たずに自己判断で食物除去に走ってはいけません!主治医の先生と相談しながら、少しずつ食べ慣れていくことが重要なのです。

アトピー性皮膚炎とは?

皮膚には、一番外側の角層で体に良くない物をシャットアウトするバリアの機能があります。アレルギー体質の人はこのバリア機能が低下しているため、皮膚が受けるあらゆる刺激によってアトピー性皮膚炎になってしまうのです。

アトピー性皮膚炎は
予防できる?

アトピー性皮膚炎の発症には「バリア機能の低下」が大きく関係しており、スキンケアで皮膚のバリア機能をサポートすることができます。赤ちゃんのときから継続的なスキンケアをすることにより、原因物質の刺激に負けない強い肌が育まれ、アトピー性皮膚炎を予防できると言えるでしょう。

基肌育講座

report

生まれてすぐのスキンケアが大切☆

「基肌」とは、健康に生きようとする肌本来の力を備えた肌のこと。赤ちゃんの表皮は大人の半分の薄さしかありません。しかも生後2ヶ月を過ぎると皮脂の量が急激に減りカサカサの乾燥肌になり、それが10才頃まで続きます。

この皮脂の少ない時期に保湿をきちんとしてあげること、その後の肌トラブルを避けることができるのです。新生時期から「汚れたら洗う→ふく→保湿」をするスキンケアの習慣を心がけましょう。

赤ちゃんの肌は
カサカサ

↓
スキンケアが
必要

子どもの肌はみずみずしくプルプルしていると思われがち。でも実は肌の水分量を計ると大人よりカサカサという結果に!

水分測定



スキンケア講座



講師
(株) ナチュラルサイエンス
スキンケアアドバイザー
川口 華那穂さん



スキンケア
の基本!

スキンケアのポイント★

洗ったり、拭いたり
するたびに
保湿を忘れずに!

洗 う



基本は、たっぷりの泡で!
シワを伸ばして丁寧に!
顔も洗浄料を使って!

この部分は、しっかり洗って

首、脇、肘の内側、手首、指の間、おチンチンの裏、足の付け根、足首

保 湿



シワを伸ばして肌の目に
沿って保湿剤を塗ろう!

この部分を、しっかり保湿して

耳の後ろ、指の間

入浴の
ポイント!!

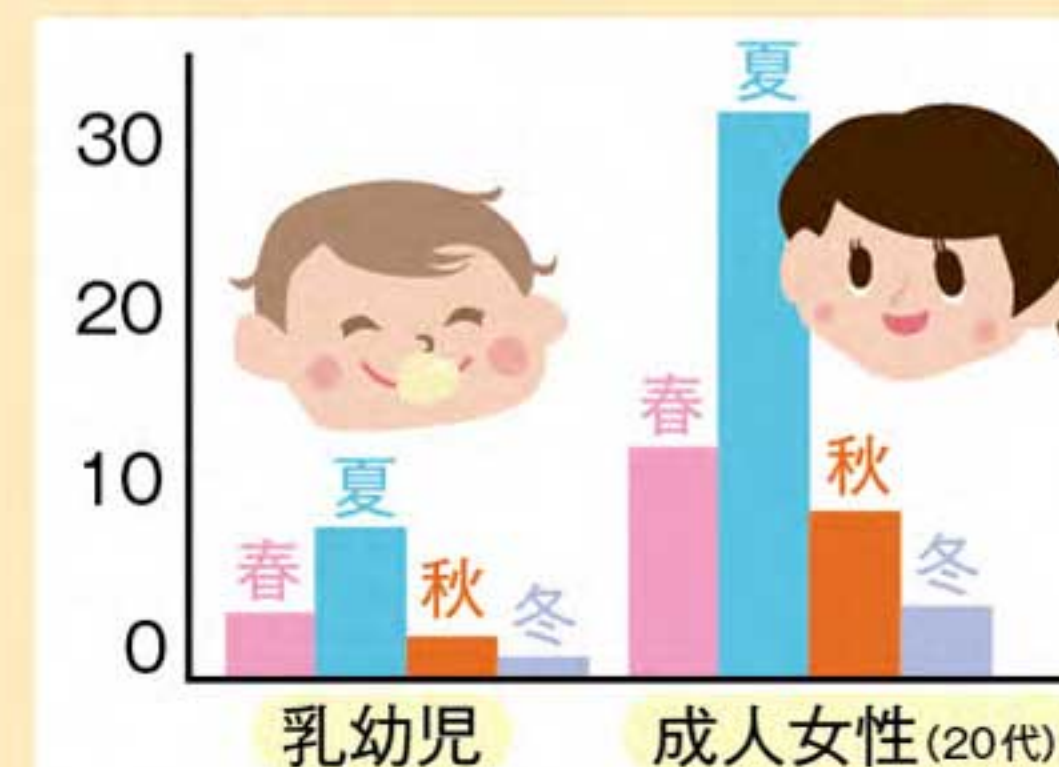
お風呂は38℃
室温の目安22℃
長風呂はNG!



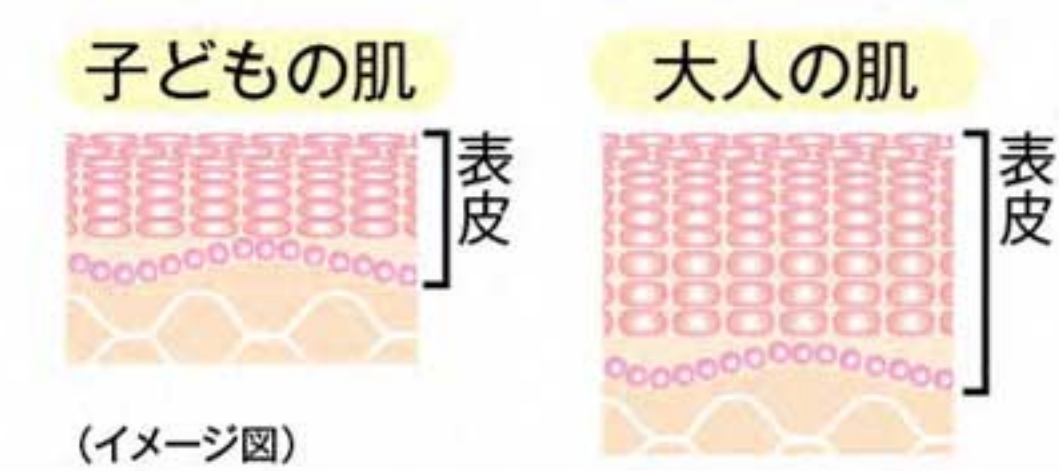
赤ちゃんの
肌を知る



■水分量



■皮膚の厚さ



■スキンケアをしている赤ちゃんの肌



■スキンケアをしていない赤ちゃんの肌



●赤ちゃんの肌は、大人と比べて皮脂も水分もずっと少なく、常に乾燥しています。

●大人の皮膚の表皮は約0.2mmですが、赤ちゃんはその半分の厚さしかありません。

●生まれてすぐからスキンケアしている赤ちゃんは肌はぷるぷるしていますが、していない赤ちゃんはおでこに赤みやプツプツが。体はカサカサしてひび割れも見られます。



知っておくと便利

study

小児アレルギーについて 教えてドクターQ&A

アレルギーのいろいろをまとめて先生方にお聞きしました！アドバイスいただいた先生方のクリニック情報は、P14～の小児科特集とP22～の医院リストにて掲載されています。



☆アレルギーについての素朴な疑問☆



星野こどもクリニック
星野洋先生

→P22

Q 親がアレルギーだと子どももアレルギーになってしまいますか？

アトピー、喘息、花粉症などのアレルギー性疾患は遺伝しますが、発症には生活環境が影響します。症状が気になったら医師を受診し指導を受けて下さい。



萩原医院
萩原温久先生

→P16

Q アレルギー体質の子は、主にどんなアレルギー疾患にかかる可能性がありますか？

発症を年齢区分で分けると、アトピー性皮膚炎は乳児期に、1～3歳ころ気管支喘息が、鼻炎・結膜炎は主に幼児期以降に発症することが多いとされます。



ほくとクリニック
金子清志先生

→P23

Q アトピーなのですが、アレルギーの子でも予防接種は受けられますか？

基本的にすべての予防接種が受けられます。ただし、食物アレルギーの強い反応が確認されている場合は、具体的に小児科医に相談しましょう。



まつおかこどもクリニック
松岡郁美先生

→P17

Q 親がアレルギー体質の場合、赤ちゃんの離乳食で気をつける点がありますか？

離乳食開始時期は5～6ヶ月頃、アレルゲンとなりにくいものから始めます。場合によって、食物アレルギーの原因として最も多い卵を1歳まで使用しない、主食は精白米にするなどがポイントとなります。



おくさわキッズクリニック
藤井芳実先生

→P15

Q 食物アレルギーで食事制限をしている赤ちゃんの場合、授乳中のママも食事制限が必要ですか？

母乳を与えているママの食事にも制限が加えられることはありますが、制限をしなくてもよい場合もあります。自己判断せず医師に相談しましょう。



セキこどもクリニック
関兼英先生

→P14

Q スキンケアはいつから行えばよいのでしょうか？

子供の肌は生まれてすぐから乾燥が始まりますので、生まれてすぐに毎日行うのが理想です。まだ行っていないのであればできるだけ早くのケアをお勧めします。



自由が丘メディカルプラザ
大野貴美子先生

→P15

Q 肌の弱い子どもがいます。赤ちゃんの肌にもやさしい洗浄料はどんなものですか？

弱酸性の洗浄料がおすすめです。また頭皮は皮脂が多いので、頭用のベビーシャンプーを使ってください。



千葉医院
千葉隆先生

→P22

Q 小児喘息の咳と風邪の咳、見分けるポイントがありますか？

典型的な喘息はヒューヒュー、ゼーゼーという喘鳴を伴います。喘鳴を伴わなくても運動中や運動後、夜にひどくなる咳は咳喘息の可能性あります。喘息はアレルギーなので、熱がなく鼻汁も水様透明です。



奥山こどもクリニック
奥山裕子先生

→P16

Q アトピーの悪化を防ぐにはスキンケアの他にどうすればよいですか？

アトピー性皮膚炎発症には、いろいろな悪化因子が原因となることがあり、これらをとり除くことが症状改善につながっていきます。日常生活での注意も重要です。(例:掃除、カーペット、布団、食物、動物など)もちろん、原因不明の場合も多くありますので、医師にご相談を！



村上こどもクリニック
村上由加里先生

→P23

Q 子どものアレルギーテストはどのタイミングで行うべきですか？

必ずこの時期に行うというものではありません。症状が出てしまった物が原因物質であり、それが特定できない場合は検査をされると良いと思います。また、検査結果は生後6ヶ月以降の方が有意な結果を得られるでしょう。

Check!



サンプルもらえます！

こちらは全員
もらえるよ★

ママ&キッズ
ベビーお試しサンプル
(お悩み解決Book付)



P12～P13でご掲載した医院さんの待合室にて、
ママ&キッズ
ベビーお試しサンプルの無料配布を
行っております。

※数に限りがあるため、なくなり次第終了となります。ご了承下さい。



ママ&キッズ
ベビーお試しサンプル

赤ちゃんのスキンケアを始めるのに最適なトライアルセット

【商品に関するお問い合わせ】
株式会社ナチュラルサイエンス
☎0120-122-783 (9:00～21:00 年末年始を除く)
【商品の詳しい情報】 <http://www.natural-s.jp/>

小児科 特集

編集部へ届くクチコミ医院情報や掲載ドクターから
紹介いただいた先生を編集部スタッフが
わかりやすくレポートします!



みかこ編集長

編集長。クチコミ病院情報
を発信したいと思い、走り続
けているワーキングマザー。

やえ編集スタッフ

掲載された先生から紹介の
あった先生への取材を主に
担当。2歳の男の子のママ。

ルナちゃんママスタッフ

娘がアレルギー体質のた
め、アレルギー疾患につい
ては興味津々。

ゆき編集スタッフ

ご主人のご両親と同居中
のため、年配者や婦人向け
の医療情報に敏感!

交通▶東京メトロ丸ノ内線 新高円寺駅、
JR 中央線 阿佐ヶ谷駅



セキこどもクリニック

小児科
03-3318-1625

■診療時間
月 火 水 木 金 土 日 祝
9:00~12:00 ○ ○ ☆ ○ ○ ○
15:00~18:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○

☆水曜9:00~11:30
●〒166-0004
東京都杉並区阿佐谷南2-1-27
●駐車場3台あり

予約について
直接来院のみ。乳児健診、予防接
種は電話にて要予約。



地域を大切にされる 温かみある先生です!

杉並第六小学校隣にあるセキこ
どもクリニックさんにお邪魔し
ました。院長の関先生は穏やかで
お話しやすい雰囲気のかっこいい先生!
また病院との連携を大切にされている先生でもあります。
病院勤務時代に、「昼間かかりつけに行ってきたのです
が、解熱剤をもらっていませんでした」と高熱で夜間救急
に飛び込んでくる患者さんを何人も経験されたそう。それ故
『開業医でできることはできるだけする』が先生のこだわり
となりました。地域医療を円滑にまわすために開業医の先
生の力はなくてはならないものですね。さて、馬橋稲荷神
社の氏子青年会にも参加されているという関先生。毎年
の夏は患者さんのお父さん達と一緒に神輿を担ぎ、緑日
でお好み焼きを焼くそうです☆ 地域を大切にされる、温か
みのある素敵な町のお医者さんでした。

みかこの
取材日記



先生
からの
紹介

Doctor's Profile

せき なかひろで
関 兼英 先生 (52歳)
日本大学医学部卒業/駿河台日本大学病院勤務/埼玉
県立小児医療センター勤務/静岡県立こども病院勤務/
銚子市立総合病院元小児科医長
出身地 ●東京都(港区) 血液型 ●B型
趣味 ●音楽鑑賞、音楽演奏(ピアノ、三線)、スポーツ
ゲンキのモト ●仕事をした分よく遊ぶ
家族構成 ●2人のお子さんのお父さん

主な紹介病院 ●河北総合病院 ●東京衛生病院

■乳児健診 月火木金 14:00~15:00(予約制)
■予防接種 月火木金 14:00~15:00(予約制)

設備・検査・対応

●レントゲン ●点滴対応 ●吸入器対応 ●迅
速診断(CRP、インフルエンザ、血球算定、溶
レン菌、アデノウイルス)

先生の得意分野

小児腎臓病

診療について心がけていること
言葉遣いは丁寧に。要点を押さ
えながらできるだけ沢山お話を聞くよ
う心がけています。



交通▶東急目黒線 奥沢駅

かわいい院内とやさしい先生 が魅力のクリニック☆

子ども達が喜びそうなんとも
可愛い小児科さんをご紹介い
ただきました! 玄関から直結している
隔離室へ通じる扉にはクマの形の小
さな窓が、診察室にはこちらも可愛
いリス型の窓。待合室には綺麗な魚やプレイスペースと
いった、こども達の「たのしい」がいっぱい詰まったクリニ
ックさんです。院長の藤井先生はこども好きの優しい女医
先生! オモチャで気を引きながらの診察は、こども達が怖
がらないようにとの心遣い。こども達が笑顔でバイバイで
きる診察が先生のモットーだそうです☆「親御さんには疑
問に思う事は全部聞いてもらいたいです」とのことですが
、藤井先生になら小さな不安も気後れせずに何でもご
相談できそうです!

ルナちゃん
ママの
取材日記



先生
からの
紹介

Doctor's Profile

ふじい よしみ
藤井 芳実 先生
東邦大学医学部卒業/東邦大学医療センター大橋病院
勤務/都立母子保健院勤務/ほあし子どものこころクリ
ニック勤務/水野記念病院勤務/日本小児科学会専門
医/日本アレルギー学会専門医
出身地 ●静岡県 血液型 ●O型 ゲンキのモト ●睡眠

主な紹介病院
●東京医療センター ●昭和大学病院 ●荏原病院

■乳児健診 月～金 13:30~14:00(予約制)
■予防接種 月～金 13:30~14:00(予約制)
管理栄養士による栄養相談(月1回実施、予約制)
※お電話にてご予約ください。

設備・検査・対応

●吸入器対応 ●迅速診断(CRP・インフル
エンザ・溶レン菌・RSウイルス・アデノウイル
ス、ロタウイルス)



おくさわキッズ クリニック

小児科、アレルギー科
03-6425-4970

■診療時間
月 火 水 木 金 土 日 祝

8:30~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○
14:00~17:00 ○ ○ ○ ○ ○ ☆

☆土曜午後13:00~14:00
●〒158-0083
東京都世田谷区奥沢3-30-17
奥沢ハイツ1F
●http://hwm6.gyao.ne.jp/okc330171f/

予約について
PC、携帯から順番取りの予約が可
能。直接来院も可



交通▶東急東横線、大井町線
自由が丘駅

土曜午後、日祝午前も診療の 心強い小児科さん!

バリアフリーの広々とした待合室
がオシャレな、自由が丘メディ
カルプラザさん。完全個室の授乳室
まで完備され、赤ちゃん連れのママには嬉しい限り。小児
科を担当されるのは「子どもが大好き」とおっしゃるお二人
の先生方!取材前に偶然、診察終わりの赤ちゃんとお二人
でふれあう大野先生を目撃。「可愛くて放っとけなかった
(笑)」とお話して下さいました☆院外で積極的にセミナー
を開催するなど患者さんとの距離が近い医院さんであり、
子育ての質問にもできるだけ時間をかけてお答えしてくれ
ます。「その場で解決しない事でも一緒になって考えてゆ
くことはできるので、困ったことがあれば気軽にいらして下
さい。」と高嶋先生より力強いメッセージをいただきました!

ゆきの
取材日記



読者の
口コミ

Doctor's Profile

おの の みこ
大野 貴美子 先生 (36歳)
聖マリアンナ医科大学卒業/元聖マリアンナ医科大学
病院勤務/日本小児科学会専門医
出身地 ●長崎県 血液型 ●A型 ゲンキのモト ●たくさん
食べて、たくさん寝て、たくさんの人と会うこと
たかしま よしふみ
高嶋 能文 先生 (40歳)
山梨医科大学卒業/元静岡県立こども病院血液腫瘍科医
長/日本小児科学会専門医/日本血液学会血液専門医
出身地 ●静岡県 血液型 ●A型
ゲンキのモト ●子どもの笑顔

主な紹介病院 ●東京医療センター

設備・検査・対応

●レントゲン ●点滴対応 ●吸入器対応
●迅速診断(血球算定・CRP・インフル
エンザ・溶レン菌・RSウイルス・アデノウイルス)
●各種アレルギー検査 ●鼻吸引

■乳児健診 月～金 14:00~15:00(予約制)
■予防接種 月～金 14:00~15:00(予約制)
育児相談、夜尿症相談、血友病外来 ※すべて完全予約制。

自由が丘メディカルプラザ

内科、小児科
03-6421-1080

■診療時間(小児科)
月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00~13:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○
15:00~19:00 ○ ○ ○ ○ ○ ☆

☆土曜午後15:00~17:30。
※受付は診療時間終了の15分前まで。
●〒152-0035
東京都目黒区自由が丘2-11-16
日能研自由が丘ビル2F
●http://www.jiyugaokamp.com/

予約について
予約優先。直接来院も可。各種予
約は電話にて。





奥山こどもクリニック

小児科、内科

03-5482-0415

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	☆	○	○	○	○	○
14:30~17:30	○	☆	○	○	○	○	○

☆火曜9:00~11:00、16:00~17:30。

●〒146-0095

東京都大田区多摩川11-21-3

ブチメン1F

●駐車場1台あり

●http://www.myclinic.ne.jp/okuyama/pc/

■予約について 予約優先。

24時間自動電話予約:03-5482-7373

初診は直接来院または窓口までお電話ください。



アットホームで温かみある先生が丁寧な診察をしてくださいます!

以前はこちらで母様が歯科をされていたという奥山こどもクリニックさん。現在は当時の患者さんのお孫さんが通われていたり、長年地域の方に愛されてきた医院さんです。「将来ある子ども達のために何かできることを」と、医師を志した当初から小児科医になることを決めていたという奥山先生。笑顔の絶えない温かみある先生は、こちらを促すよう親身にお話を聞いて下さり、その姿勢は安心感を与えてくれます。診察室には薬のサンプルと名前が書かれたボードがあり、薬の説明は特に丁寧に心がけているそうです。ママ達が迷いがちな来院のタイミングについてお聞きしたところ、「子どもは鼻水が咳、両方重なったら悪くなる兆し。そんなときは迷わず小児科へ!」と分かりやすくアドバイス下さいました☆

ゆきの取材日記

先生の得意分野 痙攣性疾患

診療について心がけていること

全て自分の子供だと思って診ています!

■乳児健診 火曜 11:00 ~ 12:00

■予防接種 火曜 14:30 ~ 16:00

※ 予防接種は他時間帯でも対応可



先生からの紹介

Doctor's Profile

奥山 ゆき先生

東京女子医科大学卒業/東京女子医科大学病院勤務/東京慈恵会医科大学附属第三病院勤務/日本小児科学会専門医

出身地●大田区 血液型●O型 趣味●マラソン、登山

ゲンキのモト●こどもの笑顔

主な紹介病院

●東邦大学医療センター大森病院 ●昭和大学病院 ●荏原病院 ●蒲田総合病院



設備・検査・対応

●点滴対応 ●吸入器対応 ●迅速診断(インフルエンザ・溶連菌・RSウイルス・アデノウイルス・ロタウイルス)



萩原医院

内科、小児科

03-3961-8380

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:00	○	○	○	○	○	○	○
14:00~18:00	○	○	○	○	○	○	○

☆土曜午後14:00~16:30。

※第1、3木曜は午後診療。

※第2、4木曜は終日休診。

●〒173-0016

東京都板橋区中板橋21-2

■予約について

直接来院のみ。水ぼうそう、おたふくかぜ等は再診のみ受診日・時間の指定あり。



地元で長年信頼され続けている地域密着医院さん!

昭和33年開院。お父様の代から地元の方々にずっと信頼され続けてきた医院さんです。患者さんの中には長い方で4代にも渡って通われている方もいるそう。内科は主に院長であるお兄様と義理の妹さんが、小児科は副院長である温久先生と、それぞれ専門医が担当しています。会話を大切にされる温久先生の診療姿勢は、ざっくばらんになんでもお話できる明るい雰囲気。経過が気になるお子さんには夜に電話で様子を伺うこともあるそうで、手厚く温かなフォローに感激です!「熱がないから大丈夫といった自己判断は禁物です。機嫌や食欲、ぐったりしていないかなど熱以外の症状を重視して!いつもと何かが違うといった第六感も大切に。」先生からママ達へアドバイスをいただきました☆

やえの取材日記

先生の得意分野 小児科一般、循環器、母子保健、栄養学、アレルギー、臨床感染症学

診療について心がけていること

①話しやすい雰囲気を作ること。②よく訴えを聞き十分に説明する。③自分の家族と思って診察・治療を行う。この3つで信頼される医師像に一步步近づきたいと思っています。



先生からの紹介

Doctor's Profile

萩原 温久先生 (56歳)

川崎医科大学卒業/東京女子医科大学循環器小児科勤務/川崎医科大学小児科元副院長/日本小児科学会専門医

出身地●長崎生まれ、東京育ち 血液型●B型

ゲンキのモト●息子と遊ぶこと。毎日必ず筋トレを行う。



主な紹介病院 ●豊島病院 ●日本大学医学部附属板橋病院 ●帝京大学医学部附属板橋病院

■乳児健診 随時受付 ●予防接種 随時受付

設備・検査・対応

●レントゲン ●超音波検査 ●点滴対応 ●吸入器対応 ●経皮酸素分圧測定 ●各種迅速診断(CRP・血球算定も可)



こどもが怖がらない!児童館のように楽しい小児科さん

取材に伺った際、扉を開けてまずビックリ!天井一面の青空模様が鮮やかな、まつおかこどもクリニックさん。絵本棚やプレイスペースの楽しい雰囲気が、クリニックというよりも児童館を連想させてくれます。こんな医院さんだったら子ども達もきっと喜んで通院してくれるはず。院長の松岡先生はお子さんをお持ちのお母様ということもあり、ママや子ども達の心をぎゅっと掴む、やさしい魅力のお話しやすい先生です☆なにより子どもが好きで、子ども達の成長と一緒にみていきたいと思開業小児科医になられたそう。子ども達みずから「お熱が出たら早く松岡先生のところに行きたい!」とまで言わせてしまう、とっても人気の医院さんなのでした☆

ルナちゃんママの取材日記

先生の得意分野 アレルギー

診療について心がけていること

お母さん方の不安をなるべく残さないようにしたい。

主な紹介病院

●東京女子医科大学東医療センター ●順天堂医院 ●日本医科大学付属病院 ●都立駒込病院



30年以上小児科に携わってきたベテランの女医先生です!

「メディカルモール」という言葉をご存知ですか? 病院のように複数の診療科目のクリニックが集まった医療集合体のことで、医院のほしごをせずに家族皆で利用できるというメリットがあります。今回はそんなメディカルモールのうちのひとつ、「メディカル・ポート西葛西」内にある麻生小児科医院さんにお邪魔しました。院長の麻生先生は小児科医療に携わって30余年のベテラン先生! 物腰穏やかな女医先生で、先生の笑顔には安心感があります。「子供は千差万別で、その子に合った手の掛け方をすればする程成長してくれる。子供たちの成長が何よりも嬉しいんです。」お話を通して先生の温かいお人柄が伝わってくる素敵な取材となりました!

みかこの取材日記

先生の得意分野 小児の発達、小児神経疾患

診療について心がけていること

親切、丁寧な診療を心がけています。

主な紹介病院

●東京臨海病院 ●都立墨東病院 ●順天堂大学医学部附属浦安病院



先生からの紹介

Doctor's Profile

松岡 郁美先生

東京女子医科大学卒業/東京女子医科大学東医療センター勤務/日本小児科学会専門医/日本アレルギー学会専門医

出身地●大阪府 血液型●AB型 趣味●料理

家族構成●中学生のお子さんのいるママ先生!

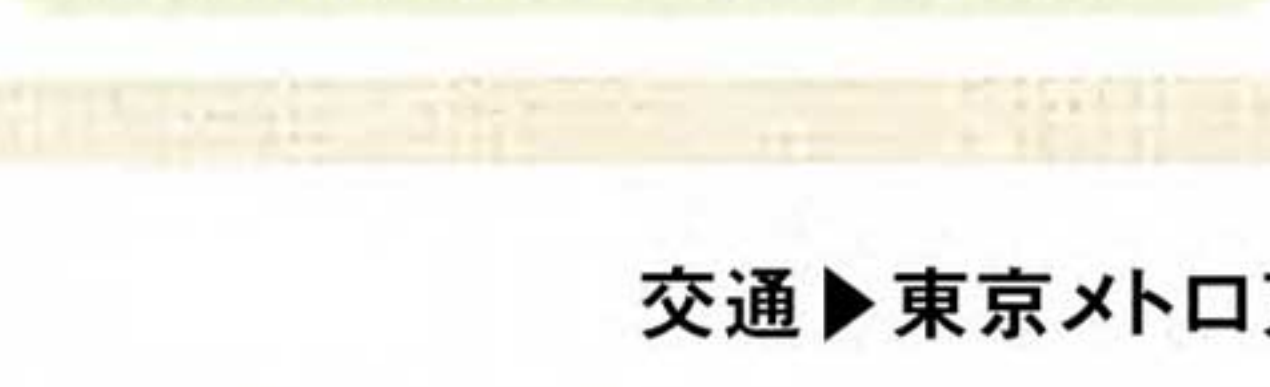
ゲンキのモト●患者さんである子ども達が沢山おしゃべりしてくれること!

■乳児健診 月水金 14:10 ~ 14:30、火木 13:20 ~ 14:00 (窓口までお電話でご予約ください)

■予防接種 月水金 14:30 ~ 15:15 (自動受付電話でご予約ください)

設備・検査・対応

●点滴対応 ●吸入器対応 ●迅速診断(CRP、インフルエンザ、血球算定、溶連菌、RSウイルス、アデノウイルス、ロタウイルス)



まつおかこどもクリニック

小児科、アレルギー科

03-5604-1567

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	○
15:30~17:30	○	○	○	○	○	○	○

※第2木休診(ただし11月12月は毎週木休診)

●〒116-0002

東京都荒川区荒川2-1-5

セントラル荒川ビル2F

●http://www.myclinic.ne.jp/matsuokakids/pc/

■予約について

初診は直接来院。再診から自動受付電話またはweb受付にて予約制。



麻生小児科医院

小児科

03-5659-5220

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~12:30	○	○	○	○	○	○	○
14:00~17:30	○	○	○	○	○	○	○

☆本曜午後は専門外来(予約制)のみ

※月火水14:00~15:00は予防接種・健診(予約制)

●〒134-0088

東京都江戸川区西葛西6-9-12

第3吉野ビル2F

●http://www.medicalport.jp/nishikasai/asu.html

■予約について

直接来院。予約制のものはお電話ください。



崎山小児科

小児科

042-322-7859

■診療時間

月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ☆ —

15:00~17:30 ○ ○ ○ ○ ○ — —

☆土曜午前9:00~13:00。

※完全予約制:受付時間8:00~17:00。

●〒183-0042

東京都府中市武蔵台3-2-2

●駐車場12台あり

■予約について

完全予約制。

予約専用電話:042-323-4321。



口コミでも大人気!素敵なこだわりがいっぱいの小児科さん

植 裁が美しい医院前のアプローチには、カエルの噴水や恐竜の足跡といったお楽しみがいっぱい。入口は一般外来用、感染症用、予防接種用のなんと3つに分かれており、院内感染対策が徹底されています。院長の崎山先生は患者さん思いの誠実なお人柄の先生!そんな先生がこだわるのは、『親御さんが言いたいことを全部言ってもらうこと』にあります。「何か気になることはありませんか?」診察の最後に必ず投げかけられるこの言葉は、本当は言いたいが言えなかったことを打ち明けるきっかけとなります。先生曰く、そういった日頃からおかしいなと思っている些細なことが実は癌などの重大な病気の発見に繋がることもあるのだそう。言いたいことを言える環境を大切にされている素敵な小児科さん! 気になることはどんどん質問するのも賢いママの条件かもしれませんね。

ゆきの取材日記

先生の得意分野 予防接種

診療について心がけていること

患者さんが本当に言いたいことを言い出せるような配慮を心がけています。



先生からの紹介

■ Doctor's Profile

崎山 弘先生 (52歳)

三重大学医学部卒業/東京大学医学部附属病院勤務/関東労災病院勤務/都立府中病院勤務/日本小児科学会専門医
出身地 ● 府中市 血液型 ● A型 趣味 ● 野球観戦
ゲンキのモト ● 教育委員会入学式や運動会に招待された際、元気な子供達の姿にゲンキをもらっています!

主な紹介病院

●小児総合医療センター ●榊原記念病院 ●杏林大学医学部付属病院 ●武蔵野赤十字病院

■乳児健診 火水金 14:00 ~ 15:00

■予防接種 随時 ■心理相談 木曜日

育児サークル「ケロケロ広場」▶月1回木曜午後実施 ※ 全て予約制

設備・検査・対応

●点滴対応 ●吸入器対応 ●迅速診断 (CRP・インフルエンザ・血球算定・溶レン菌・RSウイルス・アデノウイルス)

みやた小児科

小児科

042-536-7280

■受付時間

月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00~11:45 ○ ○ ○ ○ ○ ○ —

15:00~17:45 ○ ○ ○ ☆ ☆ —

☆木土午後は予防接種、乳児健診のみ。一般外来は行っていません。

※初診の方は17:30で受付終了。※水木は院長不在のため小児科のみの診療。

●〒190-0002 東京都立川市幸町1-11-3

●駐車場22台あり

●http://www.miyata.or.jp/

■予約について 予約優先。初診は電話予約、再診はネット予約が可能。まずお電話下さい。



ママの欲しいがギュッと詰まった、とっても素敵な小児科さん!

広 い待合室に広いプレイスペース! 医院さんの規模にまず驚き、先生とお会いしてその素晴らしいお人柄と数々の充実したサービスに驚いた、みやた小児科さん。乳児健診は先生の診察だけでなく、専門スタッフさんによる看護相談、栄養相談、育児相談まで実施。育児に不安をもつお母さんには医院とのホットラインをつないでくれます。医療という観点だけでなく、子ども達とその家族を支えることをとても大事にされている小児科さんです。ママの不安に寄り添うようにお話し下さる院長の宮田先生が目指すのは、『子ども達が元気に育つために必要なサービスが提供できる多機能型の小児科』。沢山のスタッフさんと先生方が一丸となって頑張られている素敵な医院さんでした!

やえの取材日記

先生の得意分野 外来小児科、発達

診療について心がけていること

何でもオープンにする! 親御さんだけではなく、お子さんにも分かるように説明するよう心がけています。

■乳児健診 木 14:00 ~ 15:30、金 13:15 ~ 15:00、

第2・4土 13:30 ~ (ただし10月~12月は第2土のみ)

火 14:00 ~ 15:00 (BCGのみ)、木 15:00 ~ 16:30、

第1・3・5土 14:00 ~、14:30 ~



先生からの紹介

■ Doctor's Profile

みやた あきひろ先生

東京女子医科大学卒業/東京女子医科大学病院勤務/名古屋市立大学病院勤務/心身障害児総合医療養育センター勤務/都立府中病院勤務/日本小児科学会専門医/日本小児神経学会専門医
出身地 ● 広島県 血液型 ● AB型
趣味 ● スポーツ観戦、ゴルフ、映画鑑賞
ゲンキのモト ● こどもの笑顔!

主な紹介病院

●都立小児総合医療センター ●共済組合立川病院
●国立病院機構災害医療センター

設備・検査・対応

●レントゲン ●点滴対応 ●吸入器対応 ●迅速診断 (CRP、インフルエンザ、血球算定、溶レン菌、RSウイルス、アデノウイルス、ロタウイルス)

お腹にいるときから診てもらえる! 小児科も婦人科も可能な医院です。

「診 察室に入ってきたときから、お子さんの様子がわかるの」とにこやかに語る三室先生。「母も同じ小児科医。高校生の頃、仕事をしている母の姿を初めて見て『私もなろう!』と決心したんです。ちょっと遅い決断だったので大変でしたが(笑)」。開院して46年。親子3代にわたって診ている患者さんもお子さんもありますけど、成長をみるたびに感慨深いものがありますね。そんな先生が特に力をいれているのが予防接種。「感染症は重い後遺症が残ることもあるので、定期、任意にかかわらず受けて頂きたいです。また、小児医療は普段の様子が変わっていると適切な診断がすばやく行えますので、ぜひ、皆さんにかかりつけ医を持つことをお勧めします」とメッセージを頂きました!

みかこの取材日記

先生の得意分野

小児婦人疾患、思春期相談

診療について心がけていること

予防接種スケジュールや自宅での対応について、説明をしっかりとすること。

虫明婦人科内科
小児科医院

婦人科、内科、小児科

042-796-4807

■診療時間

月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00~12:00 ○ ○ ○ — ○ ○ —

15:00~18:00 ○ ○ ○ — ○ ○ —

●〒194-0012

東京都町田市金森1170

●駐車場5台あり

■予約について

直接来院可。予約はお電話にて。



先生からの紹介

■ Doctor's Profile

三室 茂子先生

東京女子医科大学卒業/東京女子医科大学産婦人科母子センターを経て2000年より虫明医院/日本産科婦人科学会専門医

出身地 ● 町田市 趣味 ● 子供の頃からずっとテニスでやりゲンキのモト ● 自宅でゆっくり過ごすこと

■乳児健診・予防接種 診療時間内(予約制)

主な紹介病院

●町田市民病院 ●北里大学病院 ●国立成育医療センター ●国立相模原病院

設備・検査・対応

●吸入器対応 ●迅速診断 (CRP、インフルエンザ、血球算定、溶レン菌、RSウイルス、アデノウイルス、ロタウイルス) ●小児婦人疾患 ●思春期相談

子供の患者さんが、自分からすすんで医院に来てくれて「ほの先生」と言ってもらえると本当に嬉しいです。



編集長の子育て体験記

664グラムの息子と出会って

家族で沖縄へ
行ってきました!

本当に小さく誕生した次男。今では、体重が17キロとなり、約30倍に! ただ、いまだにお話することが出来ない発達障害を持っています。それは、次男が NICU から帰ってきてすぐの0歳の時に、髄膜炎となり痙攣もあり重症化した結果の後遺症です。それなので、ワクチンの特集で紹介しました、今年発売された「肺炎球菌ワクチン」が接種できていたら…と、少し悔やみました。未熟児ちゃんのお母さんは、本当に大変だと思います。風邪になりやすいし、大きくなるのかな? など…。心配は、絶えませんよね? 私も、よく「大変でしょ」と言われます。正直「本当に」大変です。兄ちゃんよりも、100倍、手がかかります。が…「大変だから、可愛い。どんな子になるのか? どんな成長をするのか? が、楽しみ☆」と、反対に楽しみだな☆ と、よく思います。前を向いて子育てを楽しんでください☆

ゲンキのモトホームページにて編集長ブログ公開中! 是非、ご覧下さい☆



ゲンキのモト編集長 伊藤みかこ



ゲンキのモト・医院リスト

こちらのリストに掲載されている医院さんは、**スタッフが取材に伺ったおススメ医院さん**となっております。またこちらの医院さんの待合室では、ゲンキのモトを設置協力してくださっています。
※一部設置されてない医院さんもあります。



ゲンキのモト
設置しています

産婦人科・婦人科

東京都

四ッ谷レディースクリニック
03-3234-5343
〒100-0005 千代田区麹町6-4-14-2F
http://www.yotsuya-lc.com/

アイル女性クリニック
03-3534-0803
〒100-0005 中央区月島1-8-1 アイ・マークタワー203
http://www.18.ocn.ne.jp/~i-ir-cl/

いけした女性クリニック銀座
03-3562-1966
〒100-0005 中央区銀座2-8-4 宝明ビル3F
http://keshitakuko.com/

対馬ルリ子女性ライフクリニック銀座
03-3538-0270
〒100-0005 中央区銀座2-6-5 銀座Hレジスビル
http://w-wellness.com

赤枝六本木診療所
03-3405-1388
〒106-0032 港区元麻布3-1-30

赤坂見附 宮崎産婦人科
03-3478-6443
〒106-0032 港区元赤坂1-1-5 富士ビル8F
http://www.akasakamitsuko-miyazaki-clinic.com/

麻布十番 まなみウィメンズクリニック
03-3405-0928
〒106-0032 港区麻布十番1-5-19 ラトリエ・メモリアルビル2F
http://www.azabuwomens-cl.com/

神田第二クリニック
03-3402-0654
〒100-0005 港区西麻布3-20-14 梅田ビル2F
http://www.kanda2nd.com/

虎ノ門ウィメンズクリニック
03-3502-1211
〒100-0005 港区虎ノ門1-4-4 第二ビル3F
http://www.t-womensclinic.jp/index.php

女性ライフクリニック新宿
03-6273-1220
〒160-0002 新宿区新宿3-14-1 伊勢丹新宿店 地下2階
http://wlo-s.com

たつきクリニック
[女性科] 03-5348-7074
〒160-0002 新宿区西新宿7-16-14 ミクテ西新宿ビル2F
http://www.tatsukiclinic.jp

クリニック検索サイト

「ゲンキのモトのお医者さん」
過去のゲンキのモトに掲載された医院さんが、ネットで検索できる便利なサイトになりました。是非ご活用ください！



<http://genki-moto-doctor.jp/>

杉山産婦人科
[TEL] 03-5454-8181
[生後産婦人科] 03-5454-5888
[産科・婦人科] 03-5454-3541
〒100-0005 世田谷区大原1-53-1
http://www.sugiyama.or.jp/

山田医院
03-3384-3555
〒100-0005 中野区中野2-14-17
http://www.yamada-clinic.jp/

山田医院
03-5996-6101
〒100-0005 中野区江原町3-35-8
http://www.dikazue.jp/

成城マタニティクリニック
03-5727-5335
〒100-0005 世田谷区成城1-1-2
http://www.seijo-mc.com/

田中ウィメンズクリニック
03-3718-3181
〒100-0005 世田谷区奥沢5-25-1
http://www.tanaka-wc.com/

加藤医院
03-3910-3811
〒100-0005 豊島区南長崎6-7-11
http://www.katoh-clinic.or.jp/

しのざきクリニック
03-5966-2249
〒100-0005 豊島区長崎5-1-31
http://www.shinazaki-clinic.com/

松本レディースクリニック 不妊センター
03-5958-5633
〒100-0005 豊島区東池袋2-60-3
http://www.matsumoto-ladies-clinic.com/

優レディースクリニック
03-3984-2275
〒100-0005 豊島区西池袋3-25-11
http://www.yu-ladies.com/

赤羽レディースクリニック
03-5249-5651
〒100-0005 北区赤羽2-13-1 花川ビル2階
http://www.akabaneladies.jp/

加藤産婦人科医院
03-3895-3521
〒100-0005 知川区町屋2-9-21
http://www.kato-gyne.gr.jp/

みえこ女性クリニック
03-5943-1123
〒100-0005 第1、2、4、5本郷1215-1800
http://www.mieko-clinic.com/

扇内医院
03-3990-2111
〒100-0005 練馬区中村3-4-18
http://www.oguchi-clinic.com/

桜台マタニティクリニック
03-3993-0402
〒100-0005 練馬区桜台4-32-8
http://www.sakuradai-mc.com/top.html

花岡由美子女性サングリニック
03-5947-3307
〒100-0005 練馬区東大塚5-29-8
http://www.hanaka-yumiko.com/

待木医院
03-3899-3541
〒100-0005 足立区西竹の塚2-13-17
http://www.machiki.net/

花岡由美子女性サングリニック
03-5947-3307
〒100-0005 練馬区東大塚5-29-8
http://www.hanaka-yumiko.com/

待木医院
03-3899-3541
〒100-0005 足立区西竹の塚2-13-17
http://www.machiki.net/

待木医院
03-3899-3541
〒100-0005 足立区西竹の塚2-13-17
http://www.machiki.net/

このページの
公開期限は
終了しました



木下産婦人科医院
03-3602-7201
〒100-0005 低野区東堀切1-15-10
http://www.kinoshita-lc.com

葛西産婦人科
03-3686-0311
〒100-0005 江戸川区東葛西6-8-6
http://www.w-plala.or.jp/GT-KASAI/

西島産婦人科医院
042-661-6642
〒100-0005 八王子市千代田1-8-5
http://www.nishi-jima-lc.com/

みなみ野レディースクリニック
042-632-8044
〒100-0005 八王子市西片倉3-1-4
http://minaminolc.jp/

小川クリニック
03-3951-0356
〒100-0005 豊島区南長崎6-7-11
http://www.ogawa-clinic.or.jp/

加藤医院
03-3910-3811
〒100-0005 豊島区南長崎6-7-11
http://www.katoh-clinic.or.jp/

しのざきクリニック
03-5966-2249
〒100-0005 豊島区長崎5-1-31
http://www.shinazaki-clinic.com/

松本レディースクリニック 不妊センター
03-5958-5633
〒100-0005 豊島区東池袋2-60-3
http://www.matsumoto-ladies-clinic.com/

優レディースクリニック
03-3984-2275
〒100-0005 豊島区西池袋3-25-11
http://www.yu-ladies.com/

赤羽レディースクリニック
03-5249-5651
〒100-0005 北区赤羽2-13-1 花川ビル2階
http://www.akabaneladies.jp/

加藤産婦人科医院
03-3895-3521
〒100-0005 知川区町屋2-9-21
http://www.kato-gyne.gr.jp/

みえこ女性クリニック
03-5943-1123
〒100-0005 第1、2、4、5本郷1215-1800
http://www.mieko-clinic.com/

扇内医院
03-3990-2111
〒100-0005 練馬区中村3-4-18
http://www.oguchi-clinic.com/

桜台マタニティクリニック
03-3993-0402
〒100-0005 練馬区桜台4-32-8
http://www.sakuradai-mc.com/top.html

花岡由美子女性サングリニック
03-5947-3307
〒100-0005 練馬区東大塚5-29-8
http://www.hanaka-yumiko.com/

待木医院
03-3899-3541
〒100-0005 足立区西竹の塚2-13-17
http://www.machiki.net/

花岡由美子女性サングリニック
03-5947-3307
〒100-0005 練馬区東大塚5-29-8
http://www.hanaka-yumiko.com/

待木医院
03-3899-3541
〒100-0005 足立区西竹の塚2-13-17
http://www.machiki.net/

待木医院
03-3899-3541
〒100-0005 足立区西竹の塚2-13-17
http://www.machiki.net/

待木医院
03-3899-3541
〒100-0005 足立区西竹の塚2-13-17
http://www.machiki.net/

待木医院
03-3899-3541
〒100-0005 足立区西竹の塚2-13-17
http://www.machiki.net/

東京都

杉山産婦人科 丸の内
03-5222-1500
〒100-0005 千代田区丸の内1-6-2
http://www.sugiyama-cl.or.jp/

月・水 9:30~11:30 / 13:00~17:00
全 9:30~11:30 / 14:00~18:00
土 9:30~11:30 / 13:00~18:00
日 9:00~11:30

7-10 蒲田TKビル3F
http://www.tk-clinic.com/

クリニック
10:00~12:00 / 15:00~18:00
※日曜・祝日は休診
※夜間救急は別途料金
※外来はすべて予約制

クリニック
9:00~12:00 / 15:00~18:00
水・土・日・祝日

13-6 すずらん会館2F
http://www.suzuran-clinic.com/

月・水 9:00~11:30 / 13:00~14:00
全・土 9:00~11:30 / 13:00~14:00
夜 9:00~11:30
日・休

9-12 池袋Mビル3F
http://www.merry-ladies-cl.com/

アトラスレディースクリニック
03-5327-6710
〒100-0005 杉山区高円寺北2-6-4
http://www.atlas-ladies.com

医療法人社団 なすな会
03-5838-0228
〒100-0005 足立区伊興5-6-8
http://ikegami-lady.com

池上レディースクリニック
03-5838-0228
〒100-0005 足立区伊興5-6-8
http://ikegami-lady.com

臼井医院 不妊治療センター
03-3605-0381
〒100-0005 足立区東和2-12-19
http://www.ushii-clinic.com/

みむろウィメンズクリニック
042-710-3609
〒100-0005 町田市原町田1-7-17 方利アークビル43F
http://www.mimuro-clinic.com/

新川崎こびきウィメンズクリニック
044-542-3931
〒100-0005 川崎市幸区
http://kobiki-clinic.com

新川崎こびきウィメンズクリニック
044-542-3931
〒100-0005 川崎市幸区
http://kobiki-clinic.com

新川崎こびきウィメンズクリニック
044-542-3931
〒100-0005 川崎市幸区
http://kobiki-clinic.com

新川崎こびきウィメンズクリニック
044-542-3931
〒100-0005 川崎市幸区
http://kobiki-clinic.com

ゲンキのモトVol.22 PRESENT

応募は下記のアンケート&プレゼント応募ハガキをご活用ください。
FAX、E-mailでの応募も可能です。どしどし! ご応募お待ちしております!

●商品の当選は、発送をもってかえさせていただきます。読者の情報は、商品の発送および編集の参考、イベントのご連絡(希望者のみ)以外に使用することはありません。また漏洩防止等の対策は万全を期して取り扱います。応募の締め切りは2月25日となります。



©Pokemon
©Nintendo・Creatures・GAME FREAK・TV Tokyo・ShoPro・JR Kikaku

A ポケモン2点セット (バンドエイド、リンスインシャンプー)

大好きなピカチュウといつも一緒☆こどもの指にピッタリサイズの絆創膏と目にしみにくい処方のリンスインシャンプーのセットです。可愛いだけじゃない、どちらも優れたものはかりのラインナップ!

10名様



B ヤシノミ洗剤セット

地球にも人にもやさしいヤシノミ洗剤のセット。天然エコ洗いで汚れもしっかり落とす洗たくパウダーネオと、おなじみの台所用洗剤を大容量のポンプタイプでプレゼント!

10名様



C ママ&キッズ バリアオイルAD

ガサガサ&かゆみに悩む肌のための保湿オイル!驚くほど肌なじみが良く、コクがあるのにサラッとした使い心地です。全身ケアはもちろん美容オイルとしてもオススメです。

10名様



3名様

D グラディー ティッシュカバーケーキ

「ゲンキのモト」誌面でも大活躍のグラディーのマスコットアイテムたち☆今回は、その中でも人気のケーキ型の可愛いティッシュカバーをプレゼントしちゃいます!

たくさんのご応募
お待ちしております!



宛先

〒102-0082 東京都千代田区一番町4-5-202
「ゲンキのモト編集室」アンケートプレゼント係
TEL : 03-3264-1603 FAX : 03-3264-1604
E-mail : info2@genki-moto.jp

携帯からもアクセス可能です!ハガキに貼付けて送っていただいてもOKです!



ゲンキのモト Vol.22 アンケート&プレゼント

① 今号で良いと思ったページを教えてください。また役に立ったページはありますか?

② 「ゲンキのモト」をどこで入手しましたか?

☐ 薬セイジヨー・ドラッグセガミ (どちらかに○) _____ 店

☐ セイジヨー通信 ☐ その他の調剤薬局・ドラッグストア _____ 店

☐ 幼稚園・保育園 (園名) _____

☐ 病院・クリニック内 (医院名) _____

☐ さがみ湖リゾートプレミアムフォレスト

☐ スクールツアーシップ ☐ その他 _____

③ 今号のP32に掲載されているソニー生命の資料請求をしますか?

する・しない

④ ゲンキのモトイベント情報をEメールでご連絡してもよいですか? はい・いいえ

⑤ プレゼント商品のどんな点に魅力を感じて
応募されたのですか?

ご希望の
プレゼント
記号

住所 〒		氏名		☐ 女性 ☐ 男性
TEL		E-mail		年齢
				子供 いる いない

★お子様について★

☐ 幼稚園 ☐ 保育園 ☐ その他 () _____ 才 男/女
☐ 幼稚園 ☐ 保育園 ☐ その他 () _____ 才 男/女

●上記の内容は、資料配送するためにソニー生命と共同利用させていただくことを予めご了承下さい。

▲点線を切り取ってください。

★★★特集★★★

子どもの 歯科・矯正

3月上旬(春号)をお楽しみに!

編集後記

「ワクチン特集★アレルギー教室★基肌育講座」どれも今回は、母親目線で、みんなに読んでもらう!ためになるものを発信したい!という気持ちを一番に制作しました。今回もまた、本当にたくさんの先生に協力していただきました。有難うございました。ワクチンのページを制作中に、先生にお聞きしたお話で、医療の進歩で助からない命が助かり、後遺症がありながらもゲンキに成長している子が多いそうです。まさに、うちの次男なのですが…後遺症がありつつも笑顔で成長している子どもたちと知り合いたいな…と、ふと感じました。
★医院リストをリニューアルしました!是非ご活用ください。

編集長・伊藤みかこ

広告のご掲載を希望される方は、弊社営業窓口(TEL:03-3264-1603)あてにご連絡ください。掲載料・企画など詳しくご説明させていただきます。

2010
WINTER
INFORMATION

ワクワク/ドキドキ/ 体験ツアーのご紹介

要予約

3泊4日 小・中学生対象ツアー
2泊3日 スキースクール

みんなの
参加を
待ってるよ!

10段階に分かれたレベル別レッスンで、一人ひとりに合わせて丁寧な指導をしてもらえるよ。ナイタースキーやゲーム大会、ゲレンデでの花火大会などお楽しみがいっぱいのツアー!



日時: [3泊4日] ①12/26(日)~12/29(水)
[2泊3日] ②1/4(火)~1/6(木) ③1/8(土)~1/10(月)
④2/11(金)~2/13(日)

場所: ①②長野県下高井郡 志賀高原「志賀の湯ホテル」
「志賀観光ホテル」「志賀レークホテル」「ヴィラ・アルペン」(予定)
③長野県下高井郡 北志賀高原「ホッサム」(予定)
④長野県上田市 菅平高原「VANスクエアガーデン」(予定)

対象・定員: 小1~中3(男女) 各120名
※添乗員が同行します。※指導員は生徒5~8名につき1名同行
※最少催行人員各20名

旅行代金: ① 52,000円(税込) ②③④ 41,000円(税込)
※レンタルスキー・ウェア代は各6000円、
リフト代は中級以上6000円、初級3000円は別途
※交通費・宿泊費・食事代・イベント体験料・旅行傷害保険料含む

問い合わせ先: 株式会社リソー教育 スクールツアーシップ
☎ 0120-50-3715(受付時間 10:00~20:00(日曜除く))

要予約

3泊4日 小・中学生対象ツアー
2泊3日 SAJスキーライセンス取得スクール

SAJ(全日本スキー連盟)公認のインストラクターが直接指導!級別検定「SAJバッジテスト」に挑戦して、ライセンス認定証と認定バッジをゲットしよう。友達に差をつけるチャンスだ!



日時: [3泊4日] ①12/26(日)~12/29(水)
[2泊3日] ②1/4(火)~1/6(木) ③1/8(土)~1/10(月)
④2/11(金)~2/13(日)

場所: ①②長野県下高井郡 志賀高原「志賀の湯ホテル」
「志賀観光ホテル」「志賀レークホテル」「ヴィラ・アルペン」(予定)
③長野県下高井郡 北志賀高原「ホッサム」(予定)
④長野県上田市 菅平高原「VANスクエアガーデン」(予定)

対象・定員: 小1~中3(男女) 各80名
※添乗員が同行します。※指導員は生徒5~8名につき1名同行
※最少催行人員各20名

旅行代金: ① 69,000円(税込) ②③④ 53,000円(税込)
※レンタルスキー・ウェア代は各6000円、
リフト代は中級以上6000円、初級3000円は別途
※交通費・宿泊費・食事代・イベント体験料・旅行傷害保険料含む

問い合わせ先: 株式会社リソー教育 スクールツアーシップ
☎ 0120-50-3715(受付時間 10:00~20:00(日曜除く))

要予約

日帰り かわいい子犬と
ペット屋さん体験

ボクたちと
遊んでね!

とってもかわいい子犬たちと楽しいふれあい体験を☆ブラッシングやお散歩、エサあげなどのお世話をして可愛がってあげて。ペット屋さんのお仕事にもチャレンジしよう!



日時: 1/30(日)・2/20(日)
場所: 群馬県前橋市「世界の名犬牧場」
対象・定員: 小1~小6(男女) 各40名
※添乗員が同行します。※指導員は生徒5~8名につき1名同行
※最少催行人員各15名以上

旅行代金: 12,600円(税込)
※交通費・食事代・イベント体験料・旅行傷害保険料含む

問い合わせ先: 株式会社リソー教育 スクールツアーシップ
☎ 0120-50-3715(受付時間 10:00~20:00(日曜除く))

要予約

日帰り 3位入賞で大会限定ベイベレードをゲット!
最強ベイベレード教室&大会

初心者の方でもテクニックを教わって今日から立派なブレーダーに☆ テクニックを学んだらさっそく大会で腕試しを。入賞者には大会限定ベイベレードがプレゼントされるよ!



日時: 2/20(日)【午前の部】【午後の部】
場所: 東京都内の会場
対象・定員: 小1~小6(男女) 各40名
※添乗員が同行します。※指導員は生徒5~8名につき1名同行
※最少催行人員各30名以上

旅行代金: 9,500円(税込)
※イベント体験料・旅行傷害保険料含む

問い合わせ先: 株式会社リソー教育 スクールツアーシップ
☎ 0120-50-3715(受付時間 10:00~20:00(日曜除く))

このページの
公開期限は
終了しました



あしのはたらき ☆

あしには、人のからだをささえるだけではなく、さまざまな機能があるよ。健康なからだにはかせない、あしのはたらきをみてみよう。

2 あしのうらは、ポンプのはたらき

あしのうらには、からだのすべてが凝縮されているといってもいいほど、さまざまな臓器とつながっているんだよ。あしうらをしげきしたり、あしの筋肉をうごかすと、血液のながれがよくなるんだ。

あしにはいろんな役割があるんだね!



3 きみのあしには、土ふまずがある?

あしのうらのくぼんだところが「土ふまず」というんだよ。土ふまずは、あしのうらで、人のからだをささえたり、はしったりとんだりしたときのバネやクッションの役割をしているんだ。

4 あしをうごかすと、脳がげんきに!

あしのうらにはたくさんの神経があって、脳とつながっているんだ。だから、あしをうごかしてしげきをあたえると、神経をつうじて脳につたわって、脳が活発にうごくようになるんだよ。



教えてドクター
医療法人社団理光会
いとう整形外科
院長 伊藤邦成 先生

良い姿勢で、はだして歩こう!

柔らかい成長期のお子さんの足に大切なことは、やはり「自然をじかに踏むはだして歩行!」です。足の指を自由に使うことで土踏まずの発達を助長します。



1 5本のゆびが

しっかり地に5本のゆびがついてるかな?しっかりふんばってあるために、あしのゆびはたいせつ。ゆびが地についていないと、運動能力が発達せず、からだの左右のバランスをくずしたりするんだよ。



ワークショップには
このページを切り取って
もってきてね!

ワークショップ招待状

ハダシの感覚を楽しく体感しよう!

swissies×ゲンキのモト 足育ワークショップ開催!

- ★親子で学ぶ「あしのこと」
- ★こども YES! 脳! あしうら体操
- ★足型成長記録をつくろう! 足計測

日時: 2011年1月22日(土)
14:00 ~ 15:00

場所: こどもの城 研修室 802号室
(渋谷区神宮前5-53-1)

対象年齢: 3歳~8歳ごろまでのお子様とその家族

★詳細は後日 HP にて。

応募 応募受付はネットのみとなります。

方法 ゲンキのモトHPまたは、下記よりご応募ください。



*ワークショップの定員は15家族となります。
先着順で定員になり次第受付終了となります。
*当選者には、後日、編集部の方からご連絡致します。

お子様の成長発育を考えた スイス発キッズシューズ



swissiesカスタマーサービス
☎ 0120-985414 www.swissies.jp



●swissies Vorthex (Boys)
¥12,600 約16~21cm



●swissies Kim (Girls)
¥11,550 約16~21cm



●swissies Ivy (Girls)
¥12,600 約16~21cm

うさぎちゃんのあしあとは、こんなかんじ。



ほく♥わたしのあしは、どんなかんじかな?ここに書いてみよう～



ここにあしをのせてかこう!



年 月 日

あしの計測結果



右
左

mm
mm

なまえ

さい

点線を切り取って持ってきてね▶