

+ ホームドクターを探そう! +

ゲンキのモ!

[vol.25] 2011 AUTUMN

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!

[無料]

ご自由にお持ちください

パティントン ベア™の
ポストカードもついてるよ♪



女性のストレスと肌のはなし
**生理痛は
ガマンの必要ありません!!**
女性ホルモンからくる肌トラブル!!

今回のクチコミ
医院特集は

産科・婦人科

17万部
発行



2011
AUTUMN
INFORMATION

ワクワク／ドキドキ／ 体験ツアーのご紹介

日帰り 9/4(日)・10/2(日)

要予約

コース貸切親子deゴルフ

ゴルフ場
貸切レッスン!



本物のゴルフコースで
おもしろい練習がで
きる、親子参加OKの体
験ツアー! プロの指導で
初心者でも安心だね☆

日時: ①9/4(日) ②10/2(日)

場所: 千葉県成田市「太平洋クラブ成田コース」

対象・定員: 小1～中3(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

旅行代金: 18,000円(税込) 【親子】 35,000円(税込)

※食事代・イベント体験料・旅行傷害保険料含む
レンタルゴルフクラブ代別途3,000円
新宿集合の場合、別途交通費、引率代が2,000円となります。

日帰り 9/4(日)・9/11(日)

要予約

ロボット作り体験スクール



ロボットの
仕組みが
学べるよ!

カッコいいロボットを自分の手で作っ
てみよう! 完成したらロボットを動か
してみんなで遊ぼう! うまく動かな?

日時: ①9/4(日)たまロボ ②9/11(日)トルネーダー

場所: 東京都豊島区「目白NTビル」

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

旅行代金: 10,500円(税込)

※イベント体験料・旅行傷害保険料含む

日帰り 9/25(日)・11/20(日)

要予約

キラッと光る宝石探しツアー



キラキラ輝くあこがれの
宝石探しに挑戦! 見つけ
るのが難しいダイヤやサ
ファイヤ、ルビーなども
見つかるかも!

日時: ①9/25(日) ②11/20(日)

場所: 静岡県富士宮市

「奇石博物館 宝石わくわく広場」

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

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

みつけた
宝石は持ち
帰れるよ!

日帰り 9/4(日)・11(日)・25(日)・10/2(日)

要予約

スーパーかけっこ塾 秋の運動会編



運動会に向けてかけこ
の特訓をしてみない? か
けっこのスペシャリストに
速くなるコツを教わろう!

日時: ①9/4(日) ②9/11(日) ③9/25(日) ④10/2(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15名

旅行代金: 8,000円(税込)

※イベント体験料・旅行傷害保険料含む

めざせ、1等賞☆
運動会が
待ち遠しい!

ゲンキのモト

[vol.25] AUTUMN 2011



●表紙モデル
平松遥ちゃん(11才)
平松桜ちゃん(9才)
るなちゃん(5才)

●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
沼田純一

●印刷
株式会社帆風
〒170-0013
東京都豊島区東池袋1-25-2
朝日生命池袋ビル1F
TEL: 03-6907-7751

●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 2011
Licensed by Copyrights Asia

季刊誌 ゲンキのモト 秋号 VOL.25
発行日 2011年9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: 03-3237-6766
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

産科・婦人科 特集

2 教えて! ドクター Q&A

女性のストレスと 肌のはなし

4 お悩みの多い女性のお助けアイテム
敏感肌を考えたスキンケアを♡

6 医院・クリニック特集

取材・特派員プロフィール…6	こまざわレディースクリニック…6
とちぎクリニック…7	アトラスレディースクリニック…7
牧野産婦人科クリニック…8	よしの女性診療所…8
しのざきクリニック…9	優レディースクリニック…9
アイル女性クリニック…10	西島産婦人科医院…10
毛利もとこ女性クリニック…11	本牧レディースクリニック…11
池下レディースクリニック銀座…12	浅川産婦人科…13

14 婦人科検診付 健診を受けよう!

プラザ30階クリニック／田村クリニック健診室

16 女性ホルモンからくる 肌トラブル!!

20 ゲンキのモト医院リスト

28 実はみんなが悩んでいる!!
生理痛はガマンの
必要ありません!!

32 読者プレゼント!

次号予告／フェイスクリームサンプリング医院のご紹介
プレゼント応募はがき／パディントン ベア™ポストカード



よしの女性診療所
院長
吉野 一枝
先生

教えて! ドクター Q&A

女性のストレスと 肌のはなし

女性のストレス! 女性の身体への影響について、婦人科ドクターにお聞きしました!!

女性のストレス、身体への影響は?



アトラスレディース
クリニック
院長
塚田 訓子
先生

ストレスが原因で不調を訴える患者さんが多いようです。

当クリニックに体調が悪いと訴えて来られる患者さんの中には、ストレスが原因であるケースがよく見受けられます。ストレスは心だけでなく、女性ホルモンに影響します。ストレスから女性ホルモンがみだれ、体調や肌に現れるときもあります。特に若い女性では、ストレスによる吹き出物や敏感肌などの肌トラブルに悩んでいる方が多いようです。本来ストレスとは、適度であれば「人生のスパイス」

と言われるように、生物にとって必要不可欠なもの。しかし、現代ではストレス社会と言われるほどストレス過多に陥っています。生きている限りずっとつきあうことになるストレスですから、調子が悪いと感じたときは無理をせず自分をいたわってあげてくださいね。1人で悩まずに、婦人科に気軽に相談してください。

多かれ少なかれストレスによる肌荒れも?!

様々なストレスやライフスタイルの変化により、現代女性の心と身体は非常に厳しい状態にあるといっただいしょう。月経困難症、子宮内膜症、更年期障害、卵巣機能不全といった女性特有の疾患にも、多かれ少なかれストレスの影響が考えられます。ストレスによるトラブルのひとつが、肌荒れかもしれませんね。しかし一方で、肌トラブル

があっても、ストレスによるものと気づかない人も。なかには肌質のせいにして、ストレスを受けている自覚すらない人もいるそうです。実は、人間は天候や気温の変化にもストレスを感じるほどデリケート。みなさん、もっと心と身体に気を配り、自分をいたわれる女性であって欲しいと思います。



なんだか、
疲れたわ...

毎日の生活の中で気がつかないうちにストレスを溜め込んでいませんか? 人は、ストレスを感じると何かしら身体に反応があらわれます。肌荒れも、その1つです。ストレスからくるカラダの不調は、防御反応の証だと言えます。ストレスサインが出た時は、自分をいたわってケアしましょう。信頼のできる婦人科の先生に相談してみるのも良いかもしれませんね。

ストレスによる影響



お悩みの多い女性のお助けアイテム 敏感肌を考えたス

いつもの化粧品が今日は…肌の調子が変わりやすい…そんなときは、敏感肌を考えたスキンケア

乾燥して、敏感になりがちな肌に！
キュレルのフェイスクア

セイジョーオススめ！
株式会社セイジョー
調剤部
薬剤師 吉場雅一朗さん

敏感肌や乾燥肌が気になる
方へ選ばれています。肌の
奥まで潤うと人気です。

キュレル 潤浸保湿
化粧水Ⅲ

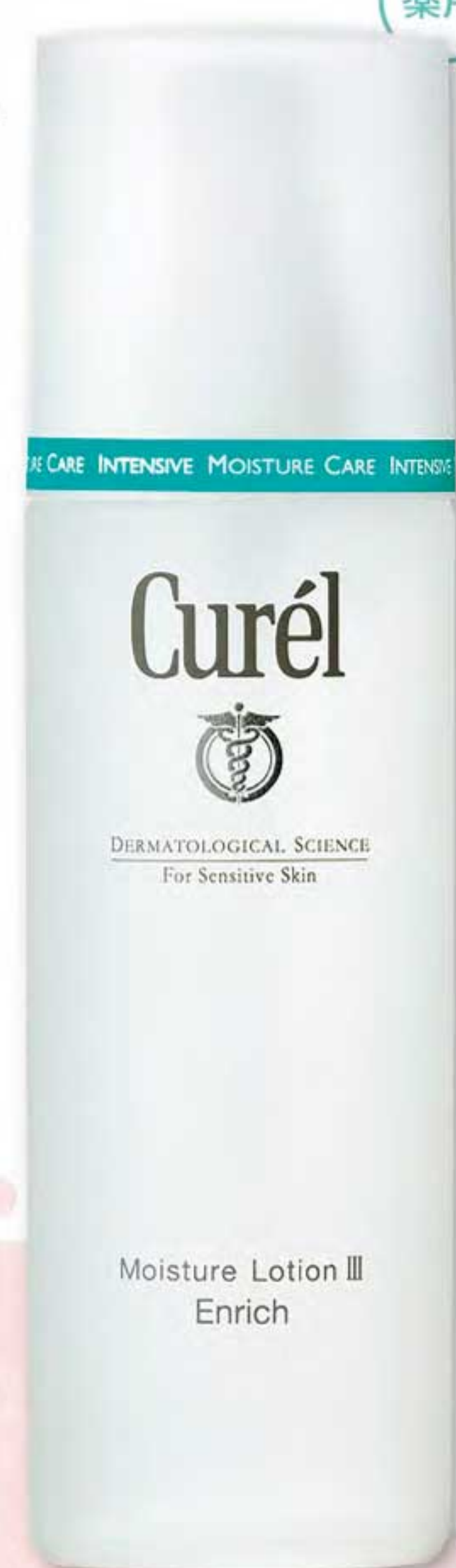
150ml 医薬部外品

キュレル 潤浸保湿
乳液

120ml 医薬部外品

キュレル
潤浸保湿
フェイスクリーム

40g 医薬部外品



潤い成分が
角層の深部
まで浸透



ふっくらと
潤いに満ちた
肌に☆

ふっくらと
吸いつくような
肌に☆



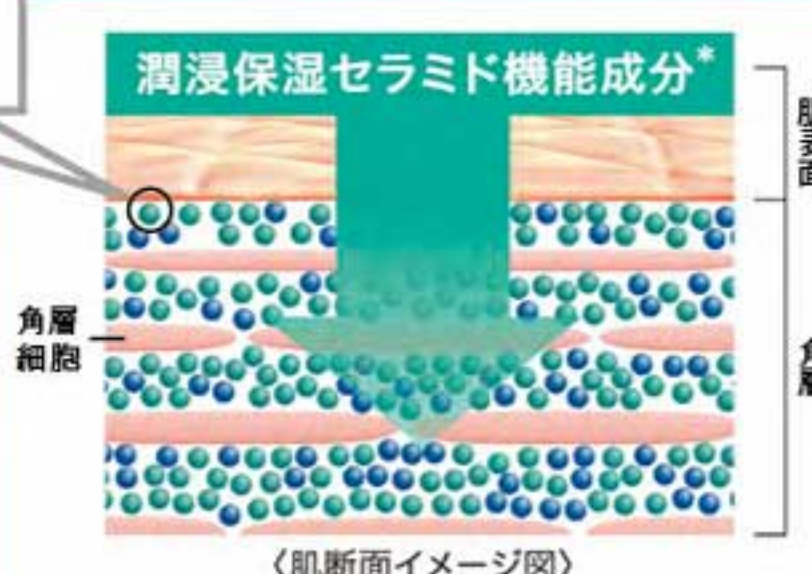
肌荒れ・乾燥をくり返しがちな敏感肌に
「潤浸保湿セラミドケア」で外部刺激で
肌荒れしにくい「潤い高密度肌」に

潤浸保湿セラミド機能成分

肌の必須成分
「セラミド」の
働きを効果的
に補います。

『潤浸保湿セラミド機能成分*』
が角層のすみずみにまで浸透し、
「セラミド」の働きを効果的に
補って、潤いを与えます。

* 長鎖二塩基酸ビス3-メトキシプロピルアミド、ヘキサデシロキシPGヒドロキシエチルヘキサデカナミド



乾燥性敏感肌は、「セラミド」が不足した、いわば外部刺激に対しスキだらけの状態。「セラミド」の働きを補うことで、外部刺激の影響を受けにくい肌に。

商品に関するお問い合わせ ▶ 花王 消費者相談室 ☎ 0120-165-692 営業時間: 9:00~17:00 (土・日・祝日を除く) <http://www.kao.com/jp/curel/>

こちらの商品は、セイジョー・ドラッグセガミ・パワードラッグワズでお買い求めになれます。
セイジョー e-shopでも <http://www.seijonet.com/> ※掲載商品に関しまして、一部、取り扱いがない店舗もございます。ご了承下さい。

この秋、おすすめ保湿アイテム!!

薬 セイジョー

ドラッグセガミ

パワードラッグワズ

スキンケアを♡

11月12日
ひの日

で優しく肌をケアしてあげると、肌も心も癒されます。

「皮膚の日」は日本臨床皮膚科医会、
日本皮膚科学会が提唱しています。

キュレルは「皮膚の日」を応援しています。

まずはお試し☆



2種類あるよ!

キュレル 潤浸保湿
トライアルキットⅡ

医薬部外品 薬用

ジェルメイク落とし、泡洗顔料、化粧水Ⅱ、乳液の4点セット。じっくり試せるお得なキット! 旅行のときにも活躍しそう☆



ノーマルな
使用感

リッチな
使用感

キュレル 潤浸保湿
トライアルキットⅢ

医薬部外品 薬用

ジェルメイク落とし、泡洗顔料、化粧水Ⅲ、フェイスクリームの4点セット。特に乾燥が気になる方にはこちら!



ファミリーで使える☆



ワタシたちも
使えるよ!

荒れ性・
かさつく
肌に

のびし
やすい☆

荒れ性・
しっしんを
防ぐ

キュレル 潤浸保湿
クリーム 90g

医薬部外品 薬用

顔にも使える全身用クリーム。特にかさつきが気になる部位には、クリームタイプがオススメです!



キュレル 潤浸保湿
ローション 220ml

医薬部外品 薬用

顔にも使える全身用乳液。のびがよくムラなく塗ることができます。赤ちゃんの保湿ケアにも!



キュレル 潤浸保湿
入浴剤 480ml

医薬部外品 薬用

潤い成分が角層の深部まで浸透します。お風呂あがりの乾燥が気になる方にはコレ!





なんでも相談しやすいベテラン先生! 親切丁寧と評判の医院さん

約 30年間、日大板橋病院で診療されていたベテランの栃木先生。ちょっとした気になることも快く相談に乗ってくれる、やさしく丁寧な先生です。最近、気になる病気や症状をネットで調べては不安を抱え込む方が多いそうで、「患者さんには、一人で悩まずもっとクリニックを利用するようにとよく言っています」とのこと。「きっといいことがあるよ!」と患者さんを励ましながらの診療に、先生の温かみを感じました。産婦人科に気後れしてしまう方でも間違いナシの医院さんです!

ルナちゃん
ママの
取材日記

先生の得意分野 産婦人科一般、不妊症、内分泌

診療について心がけていること 患者さんの話をよく聞きコミュニケーションを大切にしよう心がけています。



Doctor's Profile

栃木 明人先生 (60歳)
日本大学医学部卒業/日本大学医学部附属板橋病院勤務/日本産婦人科学会認定産婦人科専門医/産業医/母体保護法指定医/東邦大学医学部客員講師
出身地●栃木県 血液型●B型 休日の過ごし方●散歩とジョギング・モト●患者さんが元気になること

主な紹介病院

●大森赤十字病院 ●東芝病院 ●荏原病院 ●東邦大学医療センター大森病院 ●昭和大学病院

設備・検査・対応

●妊婦健診(初期～中期) ●4Dエコー ●3Dエコー ●乳がんエコー検査 ●子宮がん検診 ●遺伝検査(血液) ●子宮内臓症 ●月経困難症相談 ●不妊相談 ●不妊治療(人工授精まで) ●低用量ピル処方 ●子宮筋腫相談 ●更年期相談 ●中絶手術 ●流産手術 ●骨密度測定器

とちぎクリニック

産婦人科、内科

03-3777-7712

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:30	○	○	○	○	○	○	—
14:30～17:00	○	○	○	○	○	○	—
17:30～20:00	○	○	○	○	○	○	—

○●は予約制

●〒143-0023
東京都大田区山王2-19-8
●駐車場2台あり
●http://www.tochigiclinic.com

予約について 平日夜と土曜午後の診療および、健診、ご相談は一部予約制です。お電話下さい。



こまざわレディースクリニック

婦人科、産科

03-6805-2881

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00～12:00	○	○	○	○	○	○	—
15:00～19:00	○	○	○	○	○	○	☆

☆土曜午後15:00～18:00 医療相談・セカンドオピニオン(完全予約制/自費診療) ※受付は18:45で終了です。

●〒154-0012
東京都世田谷区駒沢1-19-8
アーバネスト駒沢2F
●http://www.komazawa-lc.com/

予約について 予約優先。電話またはPC、携帯からweb予約ができます。



様々な婦人科疾患の小手術が受けられる頼れるクリニックです!

こちらの医院さんは、高周波手術装置(ラジオナイフ)、ヒステロファイバースコープなどを使った、子宮頸部円錐切除や子宮頸管ポリープ・子宮内膜ポリープといった腫瘍の切除をはじめ、流産、中絶手術など様々な婦人科疾患の小手術が受けられます。とても設備が充実している医院さんで、低周波治療による「尿モレ治療」も、本当に困っている方に喜ばれているそうです。「不安をひとつひとつ取り除いていくような心配りを大切にしたい」とおっしゃっている院長の柴田先生は、とても物腰柔らかい優しい先生でした。

みかこの
取材日記

先生の得意分野 内視鏡手術、婦人科腫瘍、内分泌

診療について心がけていること ①人を癒す②エビデンスに基づく医療③インフォームドチョイス④地域社会への貢献



◀時間のかかる処置はコチラで!水琴の音色に癒されながら、検査や治療が受けられます。



読者の
口コミ

Doctor's Profile

柴田 哲生先生 (47歳)
昭和大学医学部大学院卒業/昭和大学産科婦人科兼任講師/元大和徳洲会病院産婦人科部長/元せんぼ東京高輪病院婦人科部長/日本産婦人科学会認定産婦人科専門医/日本産科婦人科内視鏡学会技術認定医/日本内視鏡外科学会技術認定医/母体保護法指定医
出身地●愛知県 血液型●B型 ゲンキのモ●家族と猫

主な紹介病院 ●昭和大学病院 ●東京医療センター ●国立成育医療研究センター

設備・検査・対応

●妊婦健診(30週まで) ●子宮がん検診 ●子宮内臓症 ●月経困難症相談 ●不妊相談 ●不妊症治療(ART以外) ●低用量ピル処方 ●子宮筋腫相談・治療 ●更年期相談 ●中絶手術 ●流産手術 ●骨密度測定器 ●尿漏れ治療(低周波治療)



ニッコリ笑顔が印象的な女医先生! 明るくオシャレな婦人科さん

「自分自身生理痛がひどかったので、女の人の助けになりたい」と婦人科医を選ばれた塚田先生。女性がゲンキに笑顔で帰っていけるクリニックを目指し、高円寺駅前に1年前に開院されました。ビタミンカラーを基調としたカフェカウンター風の待合室は、クリニックとは思えないオシャレさ☆「ビルで元気になった患者さんがどんな楽しいことがあったかを毎回報告してくれて、それがとても嬉しいんです」と、終始笑顔で語ってくれました。親しみやすく元気をもらえる先生です!

ゆきの
取材日記

先生の得意分野 性感染症予防、避妊教育、婦人科一般

診療について心がけていること 診察は痛くないように、わかりやすい言葉で。笑顔で帰ってもらいたいです☆



Doctor's Profile

塚田 訓子先生 (40歳)
旭川医科大学医学部卒業/札幌医科大学附属病院勤務/元紫明女子学院医務課長/元古川医院院長/三井タワークリニック婦人科勤務
出身地●北海道 血液型●A型 休日の過ごし方●温泉旅行、ライブ ゲンキのモ●ライブに行ったらパワーをもらう! おすすめレジャースポット●佐賀県嬉野温泉

主な紹介病院

●東京衛生病院 ●河北総合病院 ●中野警察病院 ●荻窪病院 ●東京医科大学病院

設備・検査・対応

●子宮がん検診 ●月経困難症相談 ●子宮内臓症 ●子宮筋腫 ●低用量ピル処方 ●HPVワクチン ●更年期相談 ●思春期相談 ●不妊相談(タイミング法まで) ●妊婦判定

アトラスレディースクリニック

婦人科

03-5327-6710

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
10:00～13:00	—	○	○	○	○	☆	—
15:00～18:30	—	○	○	○	○	—	—

☆土10:00～14:00

●〒166-0002
東京都杉並区高円寺北2-6-4
泉ビル3F
●http://www.atlas-ladies.com

予約について 直接来院。男性同伴は原則不可。希望の場合は来院前にご連絡ください。



中野坂上

交通▶東京メトロ丸ノ内線、都営大江戸線 中野坂上駅

牧野産婦人科
クリニック

産婦人科

03-5350-3521

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30~13:30	○	○	○	○	○	○	—
16:00~19:00	○	○	○	○	○	○	—

- 〒164-0012
東京都中野区本町2-46-1
サンブライトツイン3F
- ビル地下1Fにコインパーキングあり
- http://makino-shc.jp/

予約について

予約優先。直接来院も可能です。

患者さんとの信頼関係を
大切にする信念ある先生です!

「医は仁術なり」牧野先生の信念はこの一言に尽きます! 上から目線で「診てやる」のではなく、逆に「患者様」といった全くのサービス業でもなく。田舎の診療所のような信頼に基づいた人と人との関わり合い。それが先生の考える医者としての理想の関係! 「そもそも信頼関係なくして医療は成り立たない。患者さんにも、来院したら殻を作らず飾らないで内面をさらけ出して欲しいです。協力して一緒に楽になる方法を考えていきましょう。」温かみ溢れるとっても素敵な先生でした☆

先生の得意分野 骨粗鬆症、更年期障害

診療について心がけていること

相手を思いやり、信頼関係を大切にしたい診療を心がけています。

ゆきの
取材日記

紹介者▶藤間産婦人科医院 藤間先生

Doctor's Profile

まきの ひでのり
牧野 秀紀先生 (52歳)
岐阜大学医学部卒業/東京医科大学病院勤務/中野総合病院勤務/日本産婦人科学会認定産婦人科専門医/母体保護法指定医
出身地●東京都(杉並区) 血液型●O型
趣味●車、ドライブ
ゲンキのモト●患者さんの笑顔

主な紹介病院

●東京医科大学病院 ●佼成病院 ●東京警察病院

設備・検査・対応

- 乳がんエコー検査 ●子宮がん検診
- 子宮内膜症 ●月経困難症相談 ●不妊症相談 ●低用量ピル処方 ●子宮筋腫相談 ●更年期相談 ●骨密度測定器

★オムツ替えと授乳はスタッフにお声掛けください。ご案内致します。

水曜夜8時まで診療☆女性
による女性のためのクリニック!

東長崎駅前にある、しのざきクリニックさんにお邪魔しました。小鳥柄の壁紙が明るく可愛い印象の素敵な待合室。先生もスタッフさんも全て女性で、婦人科初心者さんでも通いやすい医院さんです。水曜は夜の8時まで診療しており、仕事を持つ女性には非常に有り難いところ! 院長の篠崎先生は優しい笑顔のお話やすい先生で、受診回数をできるかぎり少なくするよう考えた治療方法を選んでくれます。困ったことがあれば気軽に相談できる、まさに忙しい女性にピッタリの婦人科さんでした☆

ルナちゃん
ママの
取材日記

先生の得意分野 内分泌系の疾患、子宮内膜症

診療について心がけていること

納得して安心してもらう診療を心がけています。



低用量ピルに積極的な医院さん! 不安なことは是非相談してみてください☆



交通▶西武池袋線 東長崎駅

東長崎

しのざきクリニック

産婦人科、内科

03-5966-2249

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
10:00~13:00	—	—	—	—	—	○	—
12:30~18:30	○	○	○	○	○	○	—
15:00~20:00	—	—	○	—	—	—	—

※水曜は村岡光恵先生(東京女子医大東医療センター講師)の代診となります。

ただし、第3水曜は篠崎先生の診療です。

- 〒171-0051
東京都豊島区長崎5-1-31 豊島ハイソ201
- 駐車場2台あり
- http://www.sinozaki-clinic.com/

予約について 直接来院のみ。



新江古田

交通▶都営大江戸線 新江古田駅
西武池袋線 江古田駅

よしの女性診療所

産婦人科、婦人科

03-5996-6101

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
10:00~12:45	○	○	○	○	○	○	—
14:00~18:45	○	○	○	○	○	○	—

- 〒165-0023
東京都中野区江原町3-35-8
グローリオ中野新江古田1F
- http://www.drkazue.jp/

予約について

完全予約制。
お電話にてご予約下さい。心とからだをケアしてくれる臨床
心理士の資格をもった女医先生!

「日本は、まだまだ女性の性に関する知識も自分のからだに関する知識も低いから」と、中高生に対する「性教育」や女性のからだについての啓蒙活動に力を入れている先生。また臨床心理士の資格もあるのです。「女性のからだの問題は心からくるものがほとんどなので、人生まるごと診てあげないと解決しないから」とのこと。正真正銘の女性の強い味方です!

先生の得意分野 心理カウンセリング

診療について心がけていること 病気だけでなく、患者さんの人生全体をみるように心がけています。



待合室はまるで応接間のようにくつろぎやすい空間★

かずえの
取材日記

紹介者▶藤間産婦人科医院 藤間先生

Doctor's Profile

よしの かずえ
吉野 一枝先生 (56歳)
帝京大学医学部卒業/東京大学医学部附属病院産婦人科を経て、平成15年開業/日本産婦人科学会認定医/日本臨床心理士資格認定協会会員
出身地●東京都(板橋区) 血液型●B型
休日の過ごし方●ネコ7匹と自宅でのんびり
ゲンキのモト●旦那さんとお出かけ
趣味●料理、赤ワインが好き

主な紹介病院

●東大病院 ●練馬総合病院など

設備・検査・対応

- 乳腺エコー ●妊婦健診(34週位まで)
- 感染症検査 ●低用量ピル処方

気さくでお話しやすい坂田先生!
まずは相談することから始めよう☆

レガントな雰囲気のある待合室に、プライバシーに配慮した診察室。「ここは突っ込んで聞いてほしい!」と思うこともありますよね?あるいはその逆も。そんな気持ちを察知してあげるのも大事だと思うんです」と、院長の坂田先生。患者さんとの距離感を大切に、婦人科の敷居を下げるよう努められている先生です!「『更年期』という怖いイメージばかりですが、40代は『からだの変わり目』くらいに、もっとラクに捉えてみて」お話をすればするほど心が軽くなっていく。とっても素敵な先生でした☆

みかこの
取材日記

先生の得意分野 生殖内分泌(ホルモン系の疾患)、更年期障害

診療について心がけていること 患者さんの話をきちんと聞くこと。安全良質な医療を心がけています。



交通▶JR山手線・西武池袋線・東京メトロ有楽町線・有楽町新線・丸ノ内線 池袋駅

池袋

優レディース
クリニック

産婦人科、内科

03-3984-2278

■受付時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30~12:30	○	○	○	○	○	☆	—
15:00~18:30	☆	○	○	○	○	—	—

☆月曜午後の受付は18時まで

☆土曜午前は完全予約制

●〒171-0021

東京都豊島区西池袋3-25-11

第8志野ビル2F

●http://www.yu-ladies.com/

予約について 予約優先。電話またはPC・携帯電話からのWEB予約をご利用ください。※土曜は完全予約制です。



月島

交通▶東京メトロ有楽町線・都営大江戸線 月島駅



アイル女性クリニック

産婦人科
03-3534-0803

■診療時間

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

※初診、検査、妊婦健診の受付は診療時間終了の1時間前まで。※土曜は来院前に電話でお問い合わせください。※臨時休診あり。

●〒104-0052
東京都中央区月島1-8-1
アイ・マークタワー203

●http://www18.ocn.ne.jp/~i-ll.cl/

予約について 予約優先。窓口または診療時間内にお電話にてご予約ください。



駅近便利! 産婦人科のバリアフリーに努められた医院さん☆

た くさんの絵画の飾られた、どこかホッとする雰囲気のアイル女性クリニックさん。ながく周産期医療に携わられていたという院長の加藤先生の「今は妊婦さんをキチッと診て、送り出してあげたい」との言葉に、温かみあふれる母親のような頼もしさを感じます☆妊婦さんに人気の4Dエコーも完備されており、また、助産師さんによる母乳相談まで実施しています。産院を出てからのおっぱいケアを、身近な医院さんでお世話になれるとは嬉しいですね!

ルナちゃん
ママの
取材日記

紹介者▶しのぎクリニック 篠崎先生

Doctor's Profile

加藤 季子先生

九州大学医学部卒業／東京都立築地産院元院長／愛育病院元院長／「性と健康を考える女性専門家の会」会員／日本産婦人科学会認定産婦人科専門医
出身地●熊本県 血液型●AB型 休日の過ごし方●温泉旅行 趣味●旅行と韓国歴史ドラマ鑑賞

主な紹介病院

●愛育病院 ●日本赤十字社医療センター ●聖路加国際病院

設備・検査・対応

●妊婦健診(初期～中期。場合によって9ヶ月頃まで) ●4Dエコー(有料) ●3Dエコー(有料) ●乳がんエコー検査 ●母乳相談 ●子宮がん検診 ●子宮内膜症 ●月経困難症相談 ●不妊症相談 ●低用量ピル処方 ●子宮筋腫相談 ●更年期相談 ●骨密度測定

先生の得意分野 妊婦健診、周産期

診療について心がけていること

垣根をつくらず親近感を大切に。できるだけお話を聞くよう心がけています。

母乳相談できます!
月火木金 ▶ 9:30~10:30
14:00~15:00
(緊急の場合を除き、完全予約制)

西八王子

交通▶JR中央線 西八王子駅



西島産婦人科医院

産科、婦人科、産婦人科
042-661-6642

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:00~11:30	○	○	○	○	○	○	—
14:00~17:00	○	○	○	○	○	○	—

●〒193-0835

東京都八王子市千人町1-8-5

●駐車場11台あり

●http://www.nishijima-lc.com/

※子宮がん精密検査、人工授精(要電話予約)
※火土:管理栄養士による栄養指導実施
1人30分/1日6人限定(要電話予約)

予約について 直接来院



高水準の医療を身近なクリニックで受けられます!

グリーンの素敵なアプローチと自然光がたっぷり降り注ぐ明るい待合室。西八王子の閑静な住宅街に佇む、西島産婦人科医院さんにお邪魔しました。院長の西島先生は穏やかで優しい雰囲気の方。そんな先生のこだわりとは、「どの分野にかたよることなく、産科も不妊治療も婦人科も、できるだけ高いレベルで医療を提供すること」。不妊治療なら人工授精まで、子宮頸がんならレーザー手術まで受けることが可能です! 年齢問わず、女性ならば身近にあっても頼りになる産婦人科さんと言えます☆

やえの
取材日記

紹介者▶野下皮膚科 野下先生

Doctor's Profile

にしじま しげのぶ

西島 重信先生(50歳)

日本大学医学部大学院卒業／日本大学医学部附属板橋病院勤務／日本産婦人科学会認定産婦人科専門医／母体保護法指定医／東京都産婦人科医会性教育協力医
出身地●東京都(八王子市) 血液型●O型

趣味●ゴルフ、フットサル

ゲンキのモト●ゴルフとお酒と孫の笑顔

主な紹介病院

●東京医科大学八王子医療センター ●立川病院
●東海大学医学部付属八王子病院 ●日本医科大学多摩永山病院 ●駿河台日本大学病院



先生の得意分野 周産期、がん検診、不妊症、月経痛

診療について心がけていること

患者さんが納得できる説明、正確な診断と適切な治療を心がけています。

設備・検査・対応

●妊婦健診(希望により32週位まで) ●乳がん検診(エコー検査) ●子宮がん検診 ●子宮頸がんワクチン ●子宮内膜症 ●子宮筋腫相談 ●月経困難症相談 ●不妊症相談・治療(人工授精まで) ●低用量ピル処方 ●更年期相談 ●思春期相談 ●中絶手術 ●流産手術 ●骨密度測定器 ●レーザー手術(子宮頸部の前がん病変、コンジローマ) ●低周波治療器

●オムツ替えと授乳はスタッフにお声掛けください。ご案内致します。

立川

交通▶JR中央本線・南武線 立川駅



気さくな先生の人柄は◎月経前症候群・ピルや避妊について専門に相談可!

「こないだは仮面ライダーの映画と一緒に観てきたわ(笑)」と子育ての話を楽しくしていただいた毛利先生は、5歳の息子さんがいらっしゃるママさん先生。また大阪出身ということもあり、温かみのある人柄から「こんなことで相談して良いのかな?」というカラダの悩みでも気軽に相談できそうでした。「婦人科は、なんとなく敷居が高いイメージがあるから、クリニックに来やすい雰囲気を作りたい」とメディカルエステを取り入れ、そのほかに、ピル外来や避妊外来、PMS外来などの特別外来も実施! やはり女性の先生ならではの心配りを感じるクリニックさんでした。

みかこの
取材日記

先生の得意分野 ピル、PMS(月経前症候群)、避妊

診療について心がけていること

患者さんのプライバシーを守る、リラックスした空間づくり、ひとりひとりの話を聞くこと



エステルームで自分磨きできるのはうれしいね★



待合室にあるオシャレな水槽は先生のこだわりが!



紹介者▶みえこ女性クリニック 佐藤先生

Doctor's Profile

毛利 素子先生

川崎医科大学医学部卒業／東京医科歯科大学付属病院産婦人科勤務／都立府中病院産婦人科勤務／都立府中病院産婦人科女性外来を経て、平成20年開業／日本産婦人科学会認定産婦人科専門医／東京都保護法指定医

出身地●大阪府 血液型●A型

休日の過ごし方●子どもと遊ぶ ゲンキのモト●家族

趣味●韓流ドラマ鑑賞、シュノーケリング

主な紹介病院

●東京都立多摩総合医療センター ●共済立川病院
●立川相互病院など

設備・検査・対応

●妊婦健診(妊娠初期・中期) ●乳がんエコー検査 ●子宮がん検診 ●子宮内膜症 ●月経困難症相談 ●不妊症相談 ●低用量ピル処方 ●子宮筋腫相談 ●更年期相談 ●中絶手術 ●流産手術

毛利もとこ
女性クリニック婦人科、産科
042-540-3300

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30~12:30	○	○	○	○	○	△	—
15:00~18:30	☆	○	○	○	○	○	—

☆月曜午後15:00~19:30

▲土曜9:30~15:00

●〒190-0023

東京都立川市柴崎町2-1-8

立川駅南口メディカルモール2F

●http://www.josei-clinic.com/

予約について 直接来院。

※初診の方の受付は、診療時間終了1時間前(午前11:30まで、午後17:30まで)

本牧
和田交通▶JR線 根岸駅・山手駅・桜木町駅
みなとみらい線 元町中華街駅
各駅より横浜市営バス「三の谷」バス停下車忙しい女性の強い味方。
土日も診察していただきます!

大 学病院では長年第一線で活躍された町澤先生! 40才を過ぎた頃に「この先も、臨床をやっていきいたい。一人一人をもっと丁寧に診ていきたい」という思いから4年前にクリニックを開院。忙しい女性のために土日も診察しています。婦人科の病気はカンジダなど繰り返してしまうものが多いので、根本から治療をするために免疫力に影響する卵巣機能等に問題がないかじっくり話を聞きながら紐解いていくそうです。普段おろそかにしていた身体のこと、休日にゆっくり相談するのもいいですね!

みかこの
取材日記

先生の得意分野 産科・婦人科全般。特に子宮内膜症・月経困難症相談、不妊症相談、かゆみの相談

診療について心がけていること

今の症状と、治療方法についてご理解いただけるよう、丁寧に話をすることを大切にしています。



家のリビングをイメージした待合室



紹介者▶浅川産婦人科 星野先生

Doctor's Profile

町澤 一郎先生

獨協医科大学卒業／東邦大学大学院卒業／川崎社会保険病院産婦人科部長、大森赤十字病院産婦人科部長を経て、本牧レディースクリニック院長／日本産婦人科学会認定産婦人科専門医／麻酔科標榜医／日本医師会認定産業医／母体保護法指定医

血液型●A型

ゲンキのモト●汗をかいたあとの、美味しいビール!

趣味●スポーツジムでトレーニング、家族とテニス、ゴルフ

主な紹介病院 ●横浜市立みなと赤十字病院

設備・検査・対応

●妊婦健診(妊娠初期・中期) ●乳がん検診 ●母乳相談 ●子宮がん検診 ●子宮内膜症 ●月経困難症相談 ●不妊症相談 ●不妊症治療 ●低用量ピル処方 ●子宮筋腫相談 ●更年期相談 ●中絶手術 ●流産手術

本牧レディス
クリニック産婦人科
045-628-3077

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30~13:00	○	○	○	○	○	○	☆
14:30~18:00	○	○	○	○	○	○	—

☆第3、5日曜は休診

※祝日は休診。初診の受付は17時まで

●〒231-0827

神奈川県横浜市本牧和田

12-22 2F

●http://www.honmoku-ladiesclinic.com/

予約について

予約優先 TEL.045-628-3077まで。
急患も随時受け付け



銀座

交通▶東京メトロ有楽町線 銀座一丁目駅、
東京メトロ銀座線・日比谷線・丸ノ内線 銀座駅

予 予約制 駅近 院内 院内 車いす可能 女医在籍 手術 対応 休日 診療 読者 からの 口コミ 子連れ 診療

池下レディース
クリニック銀座

産婦人科

03-3562-1966

■受付時間

月 火 水 木 金 土 日 祝

9:55~12:00 ○ ☆ ○ ○ ○ ☆ △

14:15~17:00 ○ ☆ ○ ○ ○ ☆ △

17:55~19:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

☆火曜9:10~12:00/13:55~14:30

★土曜9:25~11:30/14:00~17:00

△日曜不定休/9:25~12:00(カウンセリング)

●〒104-0061

東京都中央区銀座2-8-4 泰明ビル2F

●http://ikeshitaikuko.com/

予約について 完全予約制。自動
電話予約(TEL:03-3562-1950)
またはweb予約が可能です。何でも気軽に相談したくなる
穏やかな先生。

「患者さんの声に耳を傾けて、
たくさんの言葉を聞けるよう
にここがけています」と、おっしゃる
池下先生は、気さくで笑顔が素敵な
先生でした。とても熱心に、その人その人に向き合っ
てる先生の人柄に感激させられました。女性の痛みがわ
かるから、婦人科の道を選ばれた先生。場所柄、スト
レスに悩む若い女性の患者さんが多いそうですが、妊婦健
診も更年期で悩む女性の相談にも本音でアドバイスし
てくれます。

ルナちゃん
ママの
取材日記読者
からの
口コミ

■ Doctor's Profile

池下 育子先生

帝京大学医学部卒業／帝京大学麻酔学教室勤務／国立小
児病院麻酔科勤務／元東京都立築地産院産婦人科医長／日
本産婦人科学会認定産婦人科専門医／母体保護法指定医
出身地●青森県 血液型●O型 趣味●ダイビング
休日の過ごし方●ジム、プール、犬の散歩
ゲンキのモト●料理をつくって食べる。ビール。ワンちゃん4匹

+ 主な紹介病院

●聖路加国際病院 ●日本赤十字社医療センター

設備・検査・対応

●妊婦健診(後期まで) ●母乳相談 ●子宮
がん検診 ●子宮内腫瘍 ●月経困難症相談
●不妊症相談・治療 ●低用量ピル処方 ●子
宮筋腫相談 ●更年期相談 ●中絶手術 ●流
産手術 ●骨密度測定器

先生の得意分野 一般婦人科

診療について心がけていること

患者さんの話に耳を傾け、たくさんの言葉を聞けるように心
がけています。レーザー脱毛の
予約については
03-3562-1966まで

編集長の子育て体験記

子どもの成長と医療の進歩と…

もうあっという間に、今年も半分以上が過ぎてしまいましたね。気づくと、長男は10歳に次男も
7歳に。本当に子どもの成長は、早いなあとしみじみ考えてしまいます(笑)
今回は、初心にかえりまして…ほとんどの医院さんにスタッフと一緒に取材に伺わせていただきま
した。本当にどの先生も素敵な先生ばかりでした。そして、驚いたことは10年前に出産した時よ
りも、はるかに、いろいろなことが進歩していたことでした。4Dエコーって…。私が長男を出産し
た頃は3Dエコーが最新だったのに。スゴいですね♥そして、今回掲載の医院さんではないので
すが…とても意外だったのは、出産で伸びきってしまった膣を高周波で治療ができるそうなのです。
「メスをつかわない膣縮小術」ということですが…ニーズは、あるのでしょうか? 世の中、医療
は進化していますね。

ゲンキのモト編集長 伊藤みかこ



編集長blog



お産ができる医院さん!

予 予約制 駅近 P 駐車場 車いす可能 女医在籍 入院 設備 手術 対応 ペニーカー 持込OK

交通▶JR京浜東北線 鶴見駅

鶴見

分娩設備もしっかり整った医院さん。
不妊治療や婦人科検診など、幅広く対応★

なんと開院から80年! 婦人科全般を
始め分娩にも対応した心強い医院
さんです。患者さんに寄り添った診察を
心がけているという院長の星野先生! 「い
つも診察のときは患者さんに触れるよう
にしている。こんな風に手を握って"痛かっ
たわね、つらかったでしょう…"って」。手
を通して先生の熱い思いがジーンと伝わり

思わず感激! じっくり
とお話を聞いてくだ
さるので心から安心
できます。こちらは
受付をはじめとしたス
タッフさんの対応も的確で、安心できると
評判☆アットホームで笑顔の絶えない素
敵な医院さんでした!

みかこの
取材日記

紹介者▶黒崎耳鼻科皮膚科クリニック 黒崎先生

■ Doctor's Profile

星野 真也子先生

東邦大学医学部卒業／日本産婦人科学会認定産婦人
科専門医／不妊学会会員／母体保護法指定医
出身地●横浜市 血液型●O型 趣味●眠ること
ゲンキのモト●身体を動かすこと。スキーやラケットボール
家族構成●ご主人、中3の息子さんとお母様
好きな食べ物●こってり系、お肉

先生の得意分野

一般婦人科。治療の最初の窓口で
あり、道しるべであることを念頭にお
いています。

診療について心がけていること

患者さんのお話をしっかりと聞くこと。カ
ルテを書きながらではなく、まっすぐ患者
さんの方を向いて診察にあたります。注目! 婦人科系疾患の
治療相談ができます!

子宮筋腫・子宮内腫瘍・卵巣腫瘍
について…身体への負担が少ない
内視鏡手術を数多く手がけた浅川
恭行先生(星野先生の弟さん)が
相談に応じてくれます!(要予約) 手
術は東邦大学大橋病院で行います!

内視鏡手術の
専門医が相談
に応じます!

+ 主な紹介病院

●済生会横浜市東部病院 ●東邦大学医療
センター大森病院 ●横浜市大母子医療セン
ター ●神奈川県立こども医療センター

産後2日目から母子同室です!

ベッドは19床。木目のインテリアがお家感
覚で、ゆったりとした気持ちで過ごせます。
産後は基本的に2日目より個室にて母子同
室。個室にはテレビ、ビデオ、トイレ、エ
アコンをはじめ、冷蔵庫、洗面台も! お食
事も充実です♪

平成16年に
リニューアル医療法人 皓慈会
浅川産婦人科

産科・婦人科

045-581-3541

■診療時間

(婦人科) 月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

17:00~19:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

(産科) 月 火 水 木 金 土 日 祝

9:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

(ガン検診など) 月 火 水 木 金 土 日 祝

15:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ ○

※婦人科午前のみ予約不要

●〒230-0062

神奈川県横浜市鶴見区豊岡町22-15

●駐車場8台

●http://www.asakawa.or.jp

予約について

診察予約の電話は月～金の

9時から5時に。



お産を控えたママに☆色々なクラスも充実

●出産準備クラス(母親教室) ●ベビーマッサージ
●マタニティ・ストレッチ教室 ●骨盤体操教室

設備・検査・対応

●妊婦健診・分娩 ●不妊症相談・治療 ●子宮が
ん検診 ●婦人科検診 ●性感染症 ●子宮筋腫
●子宮内腫瘍 ●月経困難症 ●避妊相談(低用
量ピル処方・緊急避妊) ●中絶手術 ●流産手術
●更年期相談 ●新生児聴覚検査

エントランスに
歴代の表札が!
星野先生は
3代目です。6人の先生で
外来を診ています!



健診を受けよう!

年に一度は健診を。

女性のみならず、健康診断は毎年きちんと受けていますか? 今回は、「ゲンキのモト」がオススメしたい婦人科検診付き人間ドックをご紹介します☆

病気の早期発見、
早期治療のために!



新宿

JR新宿西口5分。
京王プラザホテル30階という便利な立地!

医療法人社団 新友会 プラザ30階クリニック

クリニックのポイント!

- 働く女性のために土曜日実施。
- うれしいお食事券付き!
- 女性医師または女性技師による婦人科検診を実施。

プラザ30階クリニック 副院長
内科医 土井 里紗先生

多摩
センター

マンモグラフィーなども活用し、
女性専門の検査が充実しています。

医療法人社団 めくみ会 田村クリニック健診室

クリニックのポイント!

- 平日だけでなく、土曜・祝日も実施。
- 万が一、病気が見つかった時に併設の医院で診療が可能!
- 女性の診療放射線技師によるマンモグラフィー撮影を実施。



ゲンキのモト! オススメ! 女性向け人間ドック ★京王プラザホテルのランチ付き健診!

乳がん・子宮がん検診付き人間ドック... 検診料 56,000円 (税込)

人間ドックに加えて、子宮がん、乳がんを重点的に検査できる女性向けコースです。
乳がん検診ではマンモグラフィーまたは乳腺エコーが選択できます。

●検査内容: 一般人間ドック + 子宮がん検診 (子宮内診、子宮頸がん細胞診) + 乳がん検診 (乳房触診、マンモグラフィー or 乳腺エコー)

〈一般人間ドック項目について〉

- ☐ 問診(内科診察、自覚症状)
- ☐ 身長、体重、体脂肪率、BMI、標準体重、肥満度、腹囲
- ☐ 血圧測定 ☐ 視力(裸眼、矯正) ☐ 聴力(オーディオメーター)
- ☐ 尿一般検査(蛋白、糖、ウロビリノーゲン、潜血、沈渣、尿比重)
- ☐ 眼底検査(片目1枚撮影) ☐ 眼圧検査(両眼)
- ☐ 肺機能検査(肺活量、肺活量比、努力肺活量、1秒量、1秒率)
- ☐ 胸部X線直接撮影(2方向) ☐ 心電図(12誘導・安静時)
- ☐ 腹部超音波(胆のう、肝臓、脾臓、膵臓、腎臓)
- ☐ 胃部X線直接撮影(食道、胃、十二指腸)

- ☐ 骨密度検査(骨塩定量測定)
- ☐ 血液一般検査(赤血球数、白血球数、ヘモグロビン、ヘマトクリット、MCV、MCH、MCHC、血小板数)
- ☐ 血液生化学検査(総コレステロール、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール、AST(GOT)、ALT(GPT)、γ-GT、LDH、ALP、総蛋白、アルブミン、A/G比、総ビリルビン、ZTT、アミラーゼ、空腹時血糖、ヘモグロビンA1c、尿素窒素、クレアチニン、ナトリウム、カリウム、クロール、尿酸)
- ☐ 血清学的検査(HBs抗原定量、HCV抗体、RA、CRP、RPR法、TPHA法、ABO式、Rh式)※血液型判定検査ABO式、Rh式は初回受診時のみ
- ☐ 便検査(潜血・2回法)



東京都新宿区西新宿2-2-1
京王プラザホテル本館30F
休診日:土曜午後、日曜、祝日
【交通】
JR山手線・京王線・小田急線・
東京メトロ丸ノ内線・都営新宿
線 新宿駅 徒歩5分。都営大江
戸線 都庁前駅B1出口すぐ



ゲンキのモト! オススメ! 女性向け人間ドック

【ゲンキのモト特別コース】
乳がん検診付き人間ドック 検診料 53,550円 (税込)

一般人間ドックに乳がん検診をプラスした、女性向け人間ドックです。
乳がん検診では3つの検査を組み合わせることで、より詳しくトータルな検査が可能となります。

●検査内容: 一般人間ドック + 乳がん検診 (視触診、マンモグラフィー、乳房エコー)

〈一般人間ドック項目について〉

- ☐ 問診、聴診 ☐ 身長、体重、BMI
- ☐ 腹囲測定 ☐ 視力 ☐ 血圧測定
- ☐ 聴力(オーディオメーター)
- ☐ 胸部X線直接撮影
- ☐ 胃部X線直接撮影(バリウム検査)
- ☐ 心電図、PWV ☐ 眼底検査
- ☐ 尿検査(糖・蛋白、潜血、ウロビリノーゲン)
- ☐ 腹部超音波検査(肝臓、胆のう、脾臓、腎臓、膵臓)
- ☐ 便潜血反応検査(2回法)

- ☐ 血中脂質(総コレステロール、中性脂肪、HDLコレステロール、LDLコレステロール)
- ☐ 肝機能(GOT、GPT、γ-GTP、ALP、総蛋白、総ビリルビン、アルブミン)
- ☐ 糖代謝(血糖、HbA1c)
- ☐ 腎機能(尿酸、クレアチニン)
- ☐ 血液一般検査(赤血球数、血色素量、ヘマトクリット値、白血球数、血小板数)
- ☐ 感染症検査(HBs抗原、HCV抗体、TPHA、RPR)
- ☐ その他血液検査(BNP)



東京都多摩市落合1-32-1
多摩センターペパビル4階
休診日:日曜
【交通】
京王線・小田急線・
多摩都市モノレール
多摩センター駅 徒歩5分



ゲンキのモト編集室へ
電話でお申し込み!

受付期間: 9/1(木)~11/30(水) 受診期間: 10/1(土)~12/22(木)

☎03-3264-1603 (受付時間: 平日10:30~18:00)

こちらでお預かりした個人情報は、健診の予約目的のため田村クリニック、プラザ30階クリニックに情報提供させていただきたく思います。

Oisix
おいしいくす
放射線
検査済!



おいしい
野菜を
食べよう!

各院先着100名様

ゲンキのモトでお申し込みの方限定!

野菜BOX無料チケット
プレゼント!

チケットのQRで申し込んで、
おいしい野菜をもらっちゃおう!

3,500円
相当



写真はイメージです。



はなおか
レディースクリニック
はなおか かなこ
花岡 嘉奈子
先生

女性ホルモンのからくる肌トラブル!!

女性ホルモンがお肌の調子に深くかかわっていることをご存知ですか？ホルモン変化の波を味方につけて肌トラブルのない生活を☆

肌荒れの原因

肌荒れ原因はホルモンバランスの崩れ



ニキビ

生理前

黄体ホルモンの分泌UP

皮脂量が多くなってニキビがでやすくなる

乾燥肌

ニキビ

生理中

卵胞ホルモン、黄体ホルモンの分泌DOWN

皮脂量が減って肌は、一気に乾燥傾向に!

ニキビ

敏感肌

シミ

妊娠中

ホルモンの急激な変化

体質が変わってさまざまな肌トラブルが!

女性ホルモンと肌荒れの密接な関係

ステージごとにからだやお肌に影響します

女性のからだは月経期、卵胞期、排卵期、黄体期の4つのステージを繰り返します。そのステージごとで卵胞ホルモンと黄体ホルモンが増減し、からだや肌に影響を与えます。女性ホルモンの動きに注目して、低用量ピルや基礎化粧品を効果的に使用した肌ケアが美肌への近道と言えるでしょう。

女性ホルモンが変化する4つのステージ

月経期

卵胞期

排卵期

黄体期

女性ホルモンって何?

女性ホルモンとは、卵巣から分泌される女性特有の2種類のホルモンのこと。1つは卵胞ホルモン(エストロゲン)で「女性らしさを作るホルモン」とも言われています。肌や髪の毛のうおいを保ち、骨や血管をつよくしたり、コレステロール

や内臓肥満の増加を抑える働きをします。もう1つは、黄体ホルモン(プロゲステロン)。子宮内膜を厚くしたり乳腺の発育を促すなど、「妊娠出産を助けるホルモン」と言われています。



卵胞ホルモン(エストロゲン)はからだや皮膚に関係★

卵巣から分泌される女性特有のホルモンで、種類は2つ。

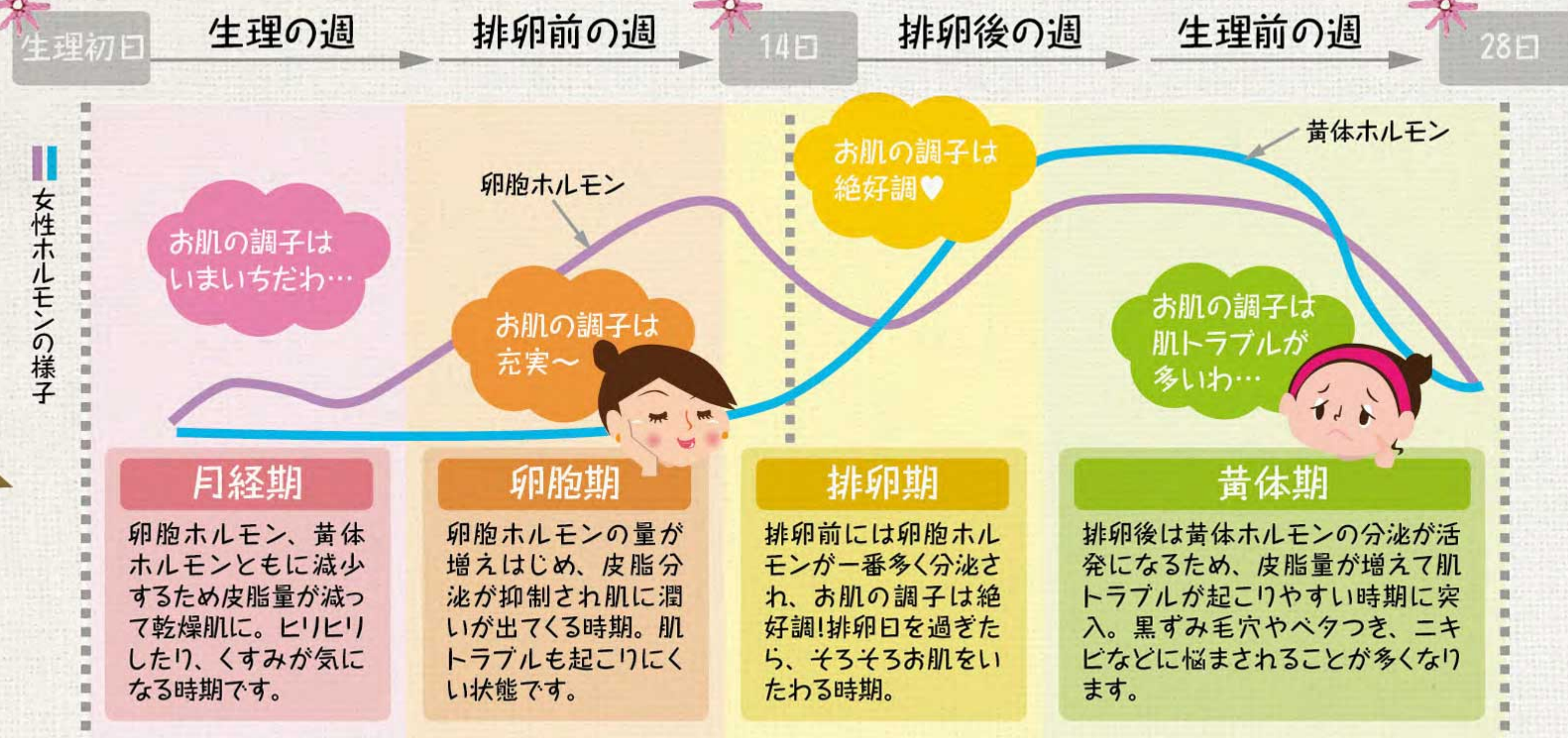
黄体ホルモン(プロゲステロン)は妊娠・出産に関係★



女性ホルモン豆知識



女性ホルモンによる肌荒れのメカニズムについて



参考文献: 女性の〈からだ心〉安心医学 ウィメンズ・メディカ 2003年発行

肌のお悩み☆こんなときには、 こんなケア!

肌荒れ予防は
♡スキンケア



肌トラブルの
ない生活を
目指そう!!!

女性ホルモンからくる肌トラブルはスキンケアで予防

女性ホルモンからくる肌トラブルは主にこの4つ。
トラブル別のケアポイントを押さえて、憂鬱な肌トラブルを回避しよう!

肌トラブル①

黒ずみ毛穴・
ベタベタあぶら肌。

しっかり保湿がカギ!

予防

大切なのは油分と水分のバ
ランスを整えること。過剰な皮脂
分泌を抑えるために、保湿ケ
アはしっかりと肌をやわらかく
して、保水力をアップさせましょ
う。日中のテカリやメイク崩れ
には、朝イチのクレンジングも
おすすめです。



保湿ケアで
水分UP

肌トラブル②

ブツブツ
にきび肌。

洗いすぎないことがカギ!

予防

一日に何回も顔を洗うのは、か
えって肌荒れのもと。朝晩2回
の丁寧な洗顔で、汚れと余分
な皮脂をやさしくオフして!た
だし洗顔の後の保湿はしっかりと
行うのがポイント。お肌表面の
乾燥を防いでターンオーバー
を促しましょう。



朝晩2回の
洗顔

肌トラブル③

ヒリヒリ敏感肌・
カユカユ乾燥肌

シンプルケアがカギ!

予防

バリア機能が弱くなっているの
で、「やさしく洗顔+しっかり保
湿」のシンプルケアが必須!熱
いお湯やゴシゴシ洗いは肌の
乾燥を招くので、ぬるめのお湯
でやさしく洗いましょう。むやみに
新しいスキンケアを試すの
はNGです。



やさしい
肌ケア

肌トラブル④

どんより
くすみ肌。

美白ケアと保湿がカギ!

予防

血行不良と肌表面の乾燥をケ
アするのが大切。美白に加え、
乳液を使った血行マッサージを
プラスすれば、保湿と血流UP
で一石二鳥!通常、肌は28日ほ
どの周期でターンオーバーする
ので、美白ケアは根気よく続け
ましょう。



乾燥・注意
保湿と血流UP

妊婦さんのケア で大切なコト♡



ストレッチマーク
(妊娠線)は保湿ケアが
大切!



大きくなっていくお腹をなめらかに保つには、肌の弾力と潤いキープがポイント。妊娠2~3ヶ月くらいから保湿クリームでのボディケアを始めましょう。塗るだけでマッサージは不要です。ママになっても美ボディに。

●ママ&キッズ ナチュラルマーククリーム
(ボディ用保湿クリーム)
120g/¥2,940 (税込) 430g/¥7,875 (税込)

妊娠中のお口の中は
トラブルになりやすい!



●スミナラルハミガキF
110g/¥997 (税込)

つわりで食生活や味の好みが変わったり、ハミガキがしづ
らくなったり...唾液も少なくなると虫歯の原因になりやす
くなります。虫歯菌は子供にうつりやすいから、早い時期
から口内環境は毎日のケアでしっかり整えて!



デリケートな肌を癒しながら、 すこやか肌へ

赤ちゃんから使える低刺激なのにパワフル!

「家族みんなの肌を素敵にして、笑顔で暮らしたい」
という思いから生まれた「ママ&キッズ」。
皮膚科ドクターの協力のもと、
無香料・無着色・低刺激ながら
肌に必要な成分をぜいたくに配合しています。



毎日ウキウキ♡



Medicated Cosmi Soap
薬用コスミソープ



「ママ&キッズ」は
親子で一緒に
スキンケアできるよ♡

天然オリゴのパワーで
うるおいを守りながらやさしく洗浄♡
●薬用コスミソープ100g/¥2,625 (税込) 医薬部外品

さらっと軽いつけ心地
うるおいバランスを整え、しっとり潤う乳液♡
●オリゴミルク100ml/¥2,940 (税込)

しっかり水分補給して
トラブルに負けないすこやか肌へ♡
●スキンコントロールローション
(しっとり・マイルド・さっぱり)
150ml/各¥2,730 (税込)

たっぷりの保湿成分で
うるおいが長続き♡
●モイスターオリゴクリーム60g/¥2,940 (税込)

すこやか肌の無料スキンケアサンプル

右の10院の
待合室で
サンプリング中★

ママ&キッズ
スキンケアお試しサンプル
(お悩み解決Book付)

セット内容
●スキンコントロールローション
(マイルド) 2包
●オリゴミルク2包
●モイスターオリゴクリーム1包
●UVライトベール1包



※数に限りがあるため、なくなり次第
終了となります。ご了承ください。

①お電話でのご注文

0120-122-783 (9:00~21:00 年末年始を除く)

株式会社ナチュラルサイエンス <http://www.natural-s.jp/>

無料サンプル
請求方法は
ふたつ

②ハガキでのご注文

ハガキに住所、氏名、年齢、電話番号をご記入の上、右下の応募

サンプル券を貼付し、下記にご送付ください。

(ご送付先) 〒136-0072 東京都江東区大島1-9-8

株式会社ナチュラルサイエンス

「ゲンキのモトvol.25」係

ハガキに貼って
送ってね★

「ゲンキのモト vol.25」
無料サンプル
申込券
No. 694-11090103



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://keshitaikuko.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-myazaki-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.azabu-womens-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
[産科・婦人科] 月～土 9:00～12:00
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
グローブ・オ中野新江古田1F
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.shinozaki-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
グレイスロータリービル1階
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
第9番ビル2F
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 加区町東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12:15～18:00
第12:15～17:00
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レクリニック
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/

ジュノヴェスタクリニック八田
047-385-3281
〒100-0005 松戸市松戸の郷2番22
http://juno-vesta-clinic-hatta.net/

湯原産婦人科医院
047-341-6185
〒100-0005 松戸市小金原5-20-7
http://www.yuhara-clinic.or.jp/pc/

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
鹿島田1-8-33 ひとみビル4F
http://kobiki-clinic.com

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
第2みなみ野クリニックセンター4F
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.ogawaclinic.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.shinozaki-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
グレイスロータリービル1階
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
第9番ビル2F
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 加区町東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12:15～18:00
第12:15～17:00
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レクリニック
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/

ジュノヴェスタクリニック八田
047-385-3281
〒100-0005 松戸市松戸の郷2番22
http://juno-vesta-clinic-hatta.net/

湯原産婦人科医院
047-341-6185
〒100-0005 松戸市小金原5-20-7
http://www.yuhara-clinic.or.jp/pc/

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
鹿島田1-8-33 ひとみビル4F
http://kobiki-clinic.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 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

日井医院 不妊治療センター
03-3605-0381
〒100-0005 足立区東和2-12-19
http://ikegami-lady.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 方利アザビル4F
http://www.mimuro-clinic.com/

ジュノヴェスタクリニック八田
047-385-3281
〒100-0005 松戸市松戸の郷2番22
http://juno-vesta-clinic-hatta.net/

湯原産婦人科医院
047-341-6185
〒100-0005 松戸市小金原5-20-7
http://www.yuhara-clinic.or.jp/pc/

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
鹿島田1-8-33 ひとみビル4F
http://kobiki-clinic.com



池下レディース
クリニック銀座
院長
池下 育子
先生

月経困難症って？薬で治せるの？

薬で治せる月経困難症 もあるんです。

月経困難症とは、一般的に「生理痛」と言われるような、強い下腹部痛や腰痛をはじめとした生理中にあらわれる様々な症状のことで日常生活に支障をきたす場合をいいます。しかし、「我慢が美德」といった日本古からの意識のせいか、ひとりで痛みに耐えてしまっている女性が多いのも現状。でも実は、月経困難症は薬で効果的に症状を抑えられるものなのです。鎮痛剤の早めの服用は痛みの軽減に効果大ですし、女性ホルモン薬（月経困難症の治療薬）を毎日服用することで痛みの原因物質の過剰生産を抑え、生理痛自体を軽くすることも可能です。



実はみんなが悩んでいる!!

生理痛はガマン 池下 育子先生へインタビュー

多くの女性が生理中のつらい症状に悩み、我慢しているみたい。でもちょっと待って!日常生活に支障をきたすような症状はお医者さんへ。生理のつらさ、我慢するのは終わりにしませんか?



カラダとココロの変化に 気づきましょう

生理の前、生理がはじまってから…周期的な女性ホルモンの変化によってカラダにもココロにも様々な変化がおこります。

カラダ の 症状

- 下腹部が痛い・張る・重い
- 乳房が張る・痛い
- 頭が痛い・重い ● めまい
- 肌荒れ・にきび・化粧ののりが悪い
- むくみ ● 疲れやすい ● だるい
- 眠い ● 肩こり ● 手足が冷える
- 食欲が減る・増す ● 便秘 ● 下痢
- アレルギーがでる ● おりものがでる



ココロ の 症状

- イライラする
- 怒りっぽくなる
- 無気力 ● 憂うつ
- 気分が落ち込む ● 弱気
- 不安 ● 集中できない
- 興奮しやすい
- 悲しくなる
- 緊張感 ● 絶望感



生理のつらい症状は解決できるの？

生理のつらい症状は 病院で解決できます!

病院はただお薬を処方するだけではありません。その症状の原因や対処法について教えてくれる場所でもあり、患者さんの不安や悩みを相談できる場所でもあります。ひどい月経困難症の裏には子宮筋腫や子宮内膜症などの病気が隠れていることもあるので、生理のつらい症状はひとりで我慢せず、ぜひ婦人科医に相談してみてください。婦人科は、女性の健康全般についてどんなことでも相談できる場所。怖がる必要は全くありません。女の子のママさんは、お子さんが初経を迎えたのなら、その子の婦人科のかかりつけ医を見つけてあげることも大切です。年齢とともに変化する女性のカラダを一生を通じてケアできる、パートナードクターをもつようにしましょう。

つよい
下腹部の
痛み

おもく鈍い
腰の
痛み

なかなか
治まらない
頭痛

月経困難症に
よくみられる症状★

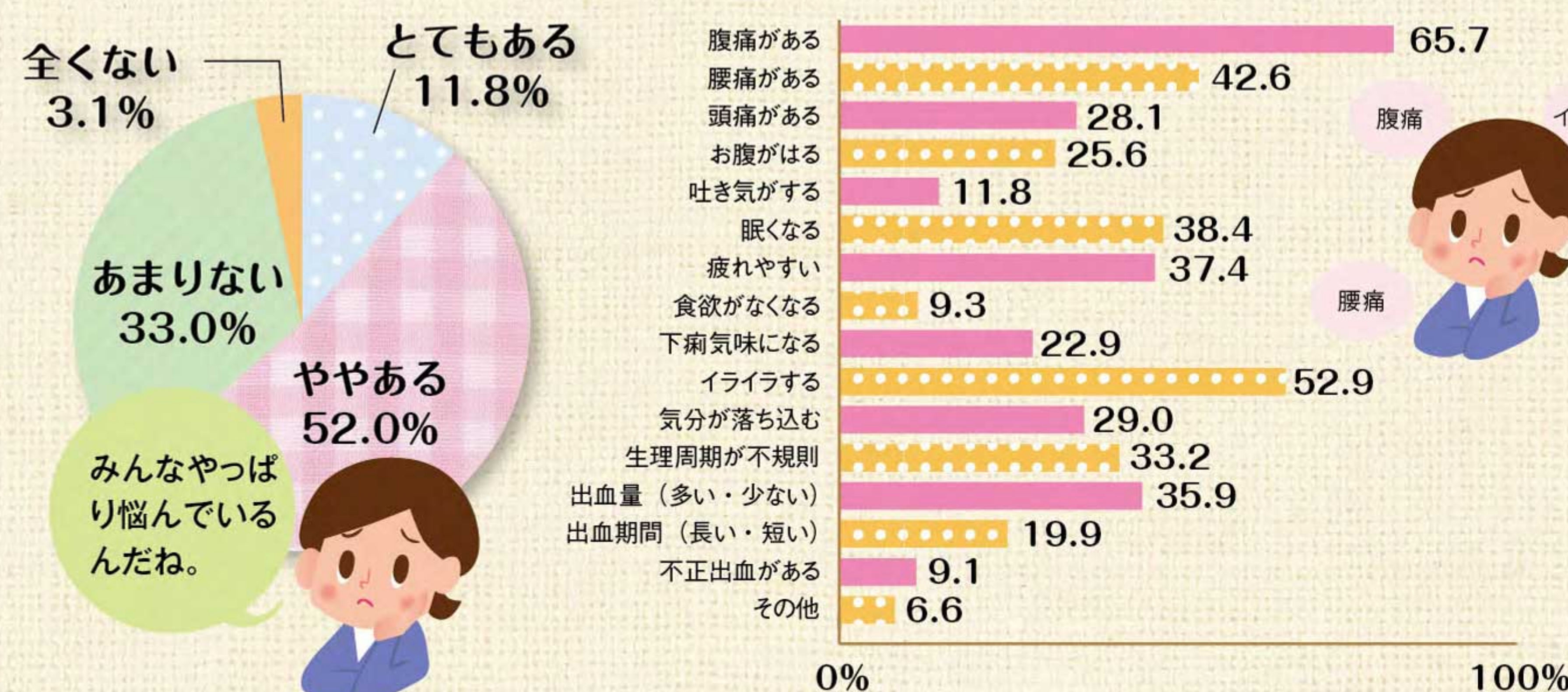


の必要ありません!!

みんなの生理の悩みを
聞かせて!

生理で悩んでいる? 悩んでいない?
それってどんな悩み?

全体の6割以上が
「生理に関して心配や
悩みがある」と回答。



カラダとココロが気になるときは

パートナードクターを見つけてほしい!



池下育子先生

婦人科受診に抵抗感じ 受診しない人が多いよう。

日常生活に支障をきたすほどの月経痛があるにもかかわらず、自分だけでどうにかしようと思う人が多いようです。婦人科に行きづらいのは、おそらく内診に抵抗があるからでしょう。しかし、クリニック側も患者さんの気持ちに十分配慮しながら、できるだけ痛みがないように対応します。あまり怖がらずに是非婦人科の門を叩いてください。

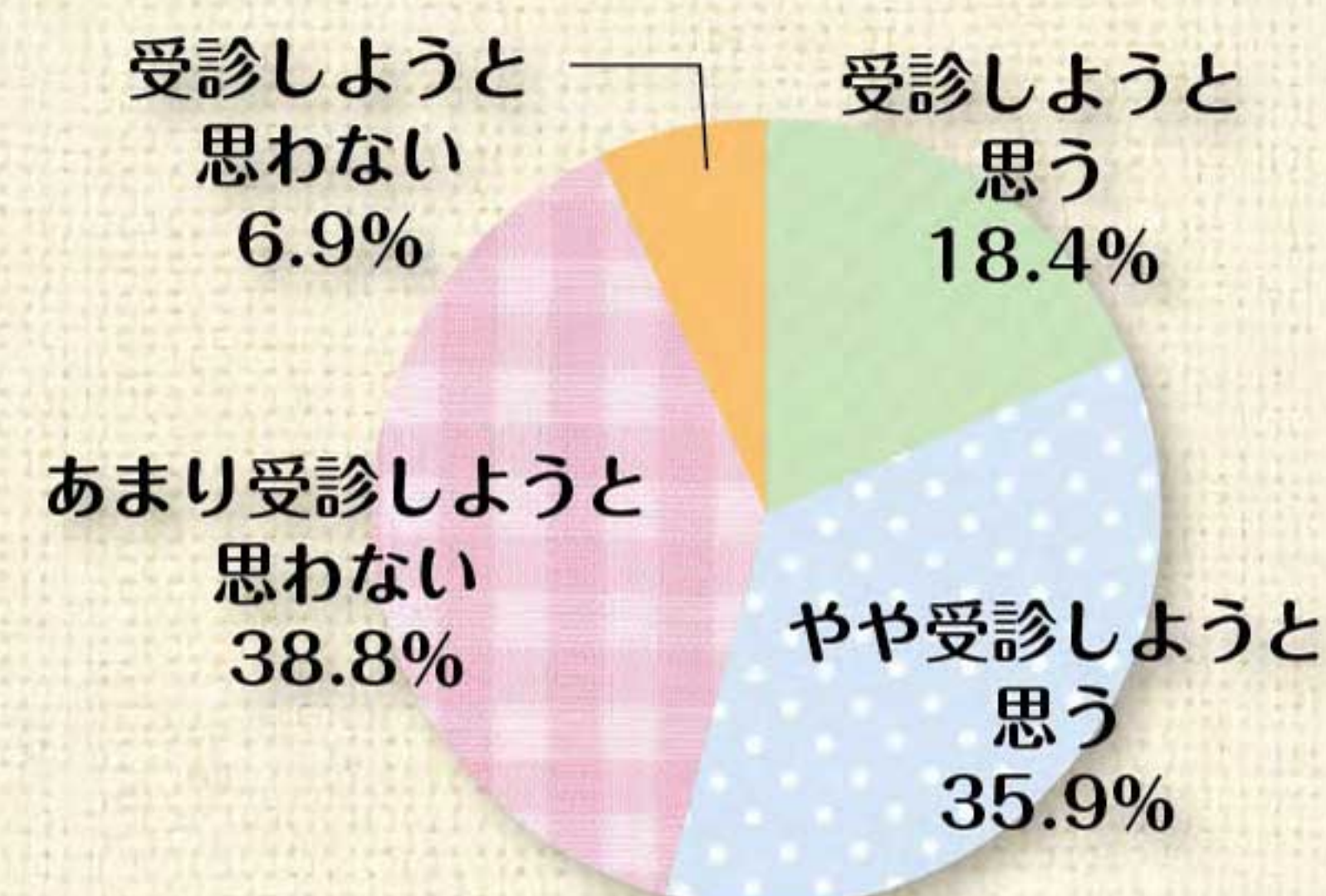
ひとりで悩んだりガマンしないで 専門医に相談しよう。

深刻な病気が原因の場合もあります。

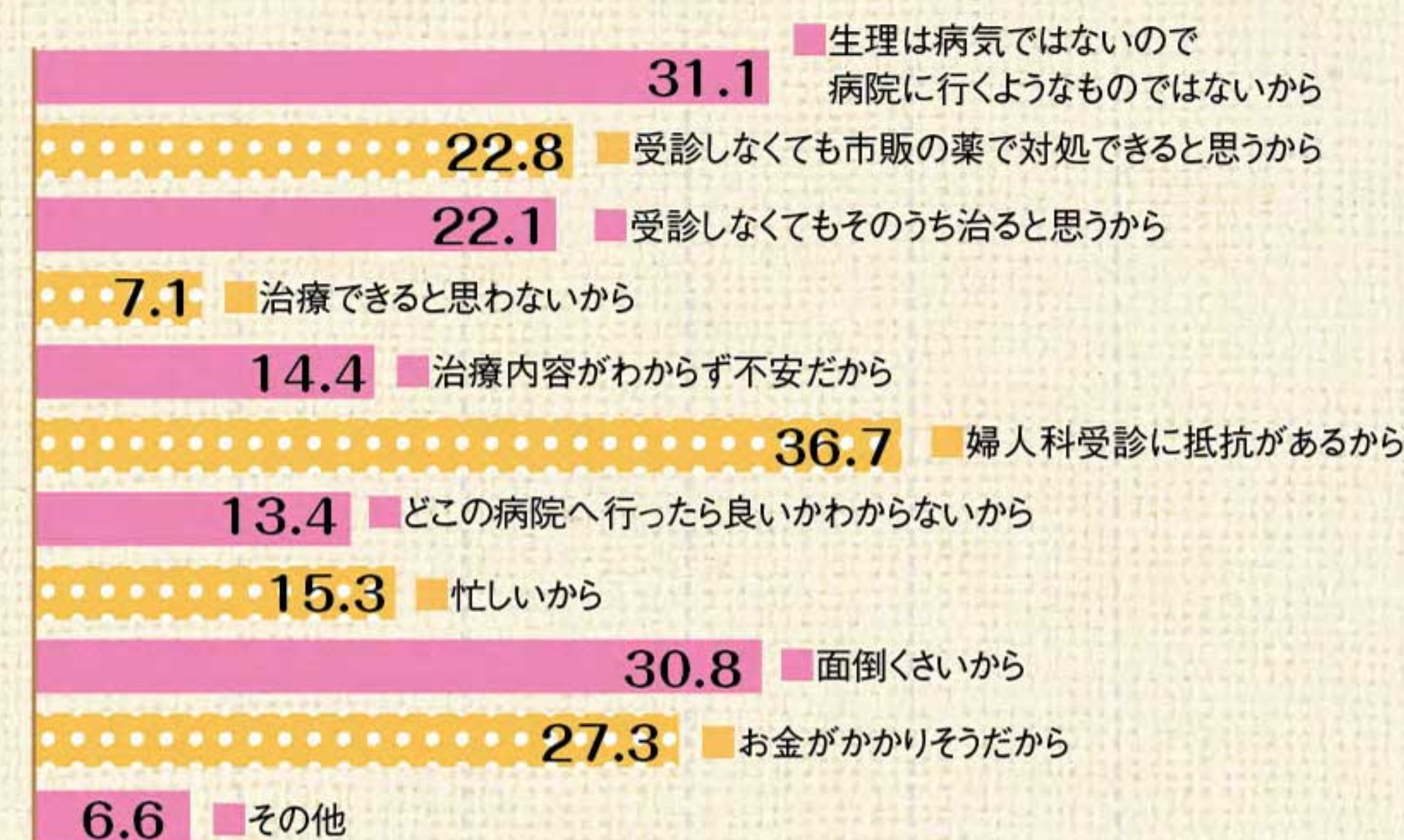
重い月経痛の背後には、子宮筋腫や子宮内膜症などの器質的疾患の可能性もあります。疾患の早期発見や症状の進行を防ぐためにも、月経についての悩みや心配があるのなら、早めに婦人科を受診しましょう。ひとりで悩むよりも誰かに相談した方が気持ちも軽くなるというもの。もっと気軽な存在として婦人科を活用して欲しいと思います。

みんなの婦人科受診 について聞かせて!

生理トラブルがあったとき
婦人科を受診する?
受診しない?



どうして
受診しないのですか?



バイエル薬品株式会社調べ 20～40代女性 (n=425)

自分と相性の良い パートナードクターを探すには!

いつでも自分のカラダのことを相談できるパートナードクターがいるという安心感は、あなたの健康の大きな支えとなるはず。友人のクチコミや「ゲンキのモト」、インターネットなどを活用して、自分にピッタリのドクターを探してみてください。そのとき大切なのは、あなたがパートナードク

ターに求めるのは何であるかを整理すること。クリニックの場所や診療日時はもちろん、どんなタイプのドクターであれば話しやすいのか、予約制と直接来院ならどちらが都合が付きやすいかなどを押さえておきましょう。

こんな検査と診断

- ☐ 問診
問診票をもとにカラダや生理の様子、気になる事などを詳しく聞き、どんな検査が必要かを決定します。
- ☐ 血圧測定
心臓や血管などの状態をチェック。
- ☐ 血液検査・尿検査
ホルモンの状態や貧血、排卵の有無、肝機能など多くの情報が得られる検査。
- ☐ 内診
視診・触診と超音波装置で、子宮の向き・固さ、卵巣の状態、腫れや癒着の有無などを調べます。

インターネット パソコンや携帯のクリ ニック検索サイトを活用!



「この先生!」と思う出
会いが必ずあるはず★



クチコミ情報を 活用

友人のクチコミや医
療情報誌ゲンキのモ
トに載っているクチコ
ミ情報は貴重!



娘にもオススメできる
パートナードクターを
みつきたいね♡



女性のからだの悩みと生理痛のサイト

生理のミカタ



カワイイ♡ プレゼント



毎月やってくる女性の敵、生理痛!
「生理のミカタ」は悩めるあなた
をサポートするサイトです。

わたし
研究
手帳*

ご応募いただいた方の中から抽選で
「ミカタくん」携帯クリーナー付きストラップ&
わたし研究手帳をプレゼント★
詳しくは32ページの読者プレゼントを見てネ!!

生理に関する詳しい情報は…
「<http://seirino-mikata.jp>」で紹介されてい
ます。お近くの婦人科を検索できます!
(バイエル薬品株式会社)

携帯からも
アクセスできます

生理と上手に付き合うために
まずはアクセス★

seirino-mikata.jp



ゲンキのモトVol.25 PRESENT

応募はアンケート&プレゼント専用応募ハガキをご利用ください。
携帯電話からでもOK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。読者様の情報は、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11月25日となります。



A
アップリカ
ウエストベルト付き抱っこ紐
ベルトフィットコラン
日本人のからだにに合わせて作られた疲れにくい設計の抱っこひも!
コレひとつで、タテ抱っこ、おんぶ、腰抱っこができる3way仕様!

1名様



B
この中の
1色をプレゼント!
ソニー
“ハンディカム”
HDR-CX560V
高画質&高音質を実現した、ママでも手軽に使える小型ビ
デオカメラ! ひろびろワイド撮影可能で、撮りたいものを全体
をしっかりと画面の中に収められます。

1名様



C
レゴ®
しんかい6500
有人潜水調査船「しんかい6500」が1/60スケール
でレゴ®に登場! 世界一の潜水深度6500mを達成
した日本が誇る潜水艦をキミの手で組み立てよう!!

10
名様



D
ティファール
ホームベーカリー ホーム&バケット
本格的なフレンチバケットまで焼けるホームベーカリー。
食パン1斤なら約2時間半という短時間で焼き上がります。
香ばしいパンの香りで、いつもの朝を特別な朝に☆

2名様



E
「ミカタくん」携帯クリーナー付き
ストラップ&わたし研究手帳
女性のからだの悩みと生理痛のサイト「生理のミカタ」キャラ
クターの「ミカタくん」が携帯クリーナー付きストラップになりま
した☆女性の体と健康について学べる「わたし研究手帳」と
セットどうぞ!

100
名様



F
キュレル
潤浸保湿フェイスクリーム
40g
外部刺激を受けにくい、ふっくらと吸いつく潤いに
満ちた肌へ。しっとりするの、ふわっと軽い使い
心地です。しっかり保湿で乾燥の冬を乗り切る☆

48
名様

携帯電話からも
ご応募できます!



「セラミド」の働きを補う敏感肌用フェイスクリームの
サンプルは、こちらの20院でもらえます!
※サンプルは、なくなり次第終了となります。ご了承ください。

次号予告

★★★★特集★★★★

小児科

12月上旬(冬号)をお楽しみに!

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。

世田谷区●いなみ小児科 ☎03-3421-4885/うめはらこども
クリニック ☎03-6809-7878/えんどう小児科クリニック ☎
03-6379-7127/かくた皮膚科クリニック ☎03-5429-2255/
成城皮膚科 ☎03-3417-5020/つるまき皮膚科 ☎03-5426-
4112/なおこ皮膚科クリニック ☎03-6805-7484/ゆみこク
リニック ☎03-5314-3511 杉並区●アトラスレディースクリ
ニック ☎03-5327-6710/荻窪こどもクリニック ☎03-3391-
6651/杉並堀ノ内クリニック ☎03-5929-1611 中野区●
皮膚科こかじクリニック ☎03-3383-5033/よしの女性診療
所 ☎03-5996-6101 板橋区●みえこ女性クリニック ☎03-
5943-1123 豊島区●松本レディースクリニック南池袋 ☎
03-5958-5633/優レディースクリニック ☎03-3984-2278
千代田区●飯田橋皮膚科スキンクリニック ☎03-3234-0140
港区●西新橋みむろクリニック ☎03-5251-8256 多摩市●
多摩ガーデンクリニック ☎042-357-3671 町田市●みむろ
ウィメンズクリニック ☎042-710-3609

このページの
公開期限は
終了しました



安心でおいしい食品を 気軽に食べたい！

そんな「ママの想い」に
Oisixはお応えします

Oisixは「作った人が自分の子どもに安心して食べさせられることのできる食品」をお届けするお店です。全国1000軒以上の農家と提携し、その時々でいちばんおいしい旬の産地を厳選。単品で選べたり、お届けの時間が指定できるのも忙しい「ママ」に選ばれている理由です。

定期宅配
サービス「おいしくすくらぶ」は

安心

便利

0円

国産・有機野菜や無添加食品など、独自の厳しい基準をクリアした商品だから安心。気になる放射性物質も厳しいチェックを独自で実施。

・受け取り日時が選べる
・一品から注文可能
・隔週での利用もOKなど
便利なサービスをご用意しております。

入会金、年会費や、カタログ代など一切かかりませんので、お気軽にご利用ください。

Oisixの安心に関する取り組み

放射性物質に対する取り組み

青果物、乳製品、卵、鮮魚、精肉の「全アイテム」について「流通前」の検査を「毎日」実施。

一般的な「一部サンプル抜き取り検査」ではなく、青果物、乳製品、卵、鮮魚、精肉の対象アイテムについて「全アイテム検査」を流通前に「毎日」行っています。

ママからのご要望にお応えして、
ベビー&キッズ商品のご紹介を始めました。



ベビー&キッズ商品とは、

放射性ヨウ素 100Bq/kg を基準

とした精度の高い「乳幼児用高精度検査」を追加で行っている商品です。もしも数ベクレルでも検出された場合は、そちらの数値もあわせて公開しています。

産地を確認してお買い求めいただけます

Oisixのお野菜や乳製品は、北は北海道から南は沖縄まで全国1000軒以上の契約している生産者からおいしい旬のものをお届けしています。

そのため、産地や生産者などを確認してお買い求めいただくことが可能です。



誰がいつどのように作ったものをお客さまにお届けしたかがわかる仕組みを持っています。

はじめての方限定

**Oisix旬の食材
おためしセット**

約2,300円相当のセットが

まずは「おためし」してみませんか？

980円

送料 無料

Oisixでは、風評被害を受けている関東・福島の商品を応援するために【がんばれ！関東・福島野菜】としてご紹介をしています。
Oisixの野菜は放射能検査を毎日流通前に全アイテム検査を実施しております。



携帯電話



パソコン

げんきおためし

検索

http://www.oisix.com/sc/genki_ota

お問い合わせ

0120-366-016

営業時間：10時～17時（土日祝日も営業しております）
※午後の時間が繋がりがやすくなっております。