

+ ホームドクターを探そう ! +

アレルギーの季節

[vol.30] 2012 WINTER

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!

かゆみ! 乾燥!

ガマンできない冬の肌荒れ!

\教えてドクター! /

感染症アレルギーについて

ラクトフェリンでキレイになる計画!!

子どもの冬の過ごし方

[無料]

ご自由にお持ちください

ワクチンの最新情報って
知ってる?

答えは中面パティントン ベア™のポストカード



今回のクチコミ
医院特集は

子どもの 病気

17万部
発行



2012
WINTER
INFORMATION

STSスキースクール



3泊4日
日 時: 12/26(水)~12/29(土)
場 所: 長野県下高井郡山ノ内町志賀高原
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15名
旅行代金: 53,000円(税込)
※レンタルスキー・ウェア代: 各6000円、リフト代: 6000円別途
※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

3泊4日 12/26(水)~12/29(土)
申込締切12/12 要予約

2泊3日 ①1/4(金)~1/6(日)申込締切12/21
②1/12(土)~1/14(月・祝)申込締切12/28
③2/9(土)~2/11(月・祝)申込締切1/26 要予約



冬の大人気
スキースクール!

一人ひとりに合わせたレ
ベル別レッスンだから初
めてでも安心。しかもゲー
ム大会やゲレンデでの花
火大会などのお楽しみイ
ベントも盛りだくさん!

日帰り 12/22(土) 要予約

クリスマスツリー キャンドル作り教室



日 時: 12/22(土)【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: 8,500円(税込)
※イベント体験料・旅行傷害保険料含む

プレゼントにも
ぴったり♥

1泊2日 ①2/23(土)~2/24(日) ②3/2(土)~3/3(日) 要予約



きみは何匹
釣れるかな?

厚い氷に穴を開けて、氷の
下を泳ぐわかさぎを釣ろう!
雪合戦や雪上花火大会など
雪国ならではのお楽しみも!

日 時: ①2/23(土)~2/24(日) ②3/2(土)~3/3(日)
場 所: 群馬県前橋市 赤城山大沼
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15名
旅行代金: 30,000円(税込)
※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

掲載ツアーのお問い合わせ▶株式会社リゾー教育 スクールツアーシップ ☎0120-50-3715(10:00~20:00(日曜除く)) HP▶http://www.s-tourship.com/

ワクワク/ドキドキ/ 体験ツアーのご紹介

ゲンキのモト®

[vol.30] WINTER 2012



●表紙モデル
にいくん(5才) みらのちゃん(11才)
よおくん(9才) ゆうろくん(8才)

●中面モデル
佐藤永茉ちゃん(P8)

●編集・取材
伊藤みかこ 佐藤野恵
海津百合子 府中綾子

●デザイナー
井上ともみ 片山裕子 太田三保子

●イラスト
金子ゆき ながたかず(P8~P9)

●スタイリスト
岡部みな子(P8)

●撮影
水口直史(表紙, P2~4)
吉岡真理(P8, P30~P33)
小坂唯史(P18~P20)

●印刷
株式会社帆風
〒170-0013
東京都豊島区東池袋1-25-2-1F
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
コピーライツアジア株式会社
TEL: 03-3377-8300
PADDINGTON BEAR™
© Paddington and Company Ltd 2012
Licensed by Copyrights Asia

季刊誌
発行日 2012年12月1日
発行部数 170,000部
ゲンキのモト編集室
〒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: info@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

子どもの病気 特集

2 かゆみ! 乾燥! ガマン
できない冬の肌荒れ!

4 親子で楽しく保湿ケア

6 感染症 アレルギーについて

8 お部屋の空気汚れていませんか?

10 医院・クリニック特集

| | | | |
|-----------------|----|-------------|----|
| いしかわキッズクリニック | 10 | ナビタスクリニック川崎 | 13 |
| 小関クリニック | 11 | はらこどもクリニック | 13 |
| 自由が丘メディカルプラザ小児科 | 11 | たきやま小児クリニック | 14 |
| じゅんクリニック | 12 | 平井こどもクリニック | 14 |
| まえはら小児科 | 12 | | |

15 ゲンキ インフォメーション

16 中耳炎について

ひらやまクリニック耳鼻咽喉科 17 こいづみ耳鼻咽喉科医院 17

18 子どもの冬の過ごし方

22 ゲンキのモト医院リスト

30 ママだってキレイになりたい!
ラクトフェリンでキレイになる計画!!

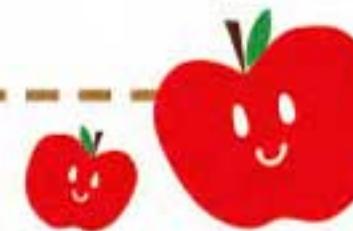
34 親のことを考える!

36 読者プレゼント!

プレゼント応募はがき/パディントン ベア™ポストカード

「ゲンキのモト」応援企業一覧 (50音順)

アップリカ・チルドレンズプロダクツ/医歯業出版/F.L.Clover/オイシックス
/花王/グラディー/ぐるなび/K2D/コピーライツアジア/サラヤ/セール
ス・オンデマンド/ソニー/ソニー生命保険/ナチュラルサイエンス/ファイン
ケア/ブリヂストン/ペルソス/ママKidsネットワーク/リゾー教育/論創社



かゆみ!
乾燥!

ガマンできな

い冬の肌荒れ!



なおこ
皮膚科クリニック
服部 尚子
先生



寒い季節に、肌がかゆくなるのはなぜですか？

—それは、肌のバリア機能が低くなるからです。

冬は汗や皮脂の分泌量が減る季節。空気の乾燥も加わって、肌は水分が足りない状態になりがちです。乾燥した肌は、外部刺激から肌を守るバリア機能が低下し、かゆみを伴ったトラブルがおきやすくなります。無意識に搔いてしまう状態を放っておくと、バリア機能をさらに破壊してしまい「肌荒れの悪循環」に！まずは、皮膚の乾燥を防ぐために保湿ケアをしっかりすることが大切です。それでも悪化する場合は、かかりつけ医に相談するようにしてくださいね。

かゆみ肌を防ぐポイント!

保湿ケアを欠かさない

熱いお風呂や長湯は控える

肌に直接触れる衣服は素材に注意

ストレスをためないように



冬のデリケートなお肌にも安心、「セラミド」配合のローションのサンプルは、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。

世田谷区 かくた皮膚科クリニック ☎ 03-5429-2255

世田谷区 成城皮膚科 ☎ 03-3417-5020

世田谷区 つるまき皮膚科 ☎ 03-5426-4112

世田谷区 なおこ皮膚科クリニック ☎ 03-6805-7484

世田谷区 ゆみこクリニック ☎ 03-5314-3511

薬セイジョー
成城二番店
近く

ビューティー^{セイジョー}
近く

薬セイジョー
弦巻店近く

ヘルスケア
セイジョー
用賀店
近く

薬セイジョー
鳥山店
近く

品川区 はなおかれディースクリニック ☎ 03-5767-5285

渋谷区 かずえキッズクリニック ☎ 03-3376-1662

杉並区 アトラスレディースクリニック ☎ 03-5327-6710

杉並区 荻窪こどもクリニック ☎ 03-3391-6651

杉並区 杉並堀ノ内クリニック ☎ 03-5929-1611

ドラッグセガミ
大森山王店
近く

ヘルスケア
セイジョー^{セイジョー}
中野南台店
近く

ドラッグセガミ
高円寺店
近く

ドラッグセガミ
荻窪西店
近く

ヘルスケア
セイジョー^{セイジョー}
杉並堀ノ内店
近く

板橋区 みえこ女性クリニック ☎ 03-5943-1123

豊島区 みやけ医院 ☎ 03-6903-7211

豊島区 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 虎ノ門ウイメンズクリニック ☎ 03-3502-1211

薬セイジョー
仲宿店
近く

セイジョー
駒込店近く

ヘルスケア
セイジョー^{セイジョー}
西池袋店
近く

ヘルスケア
セイジョー^{セイジョー}
飯田橋店
近く

セイジョー^{セイジョー}
虎ノ門店近く

墨田区 にしじま小児科 ☎ 03-3619-9585

多摩市 多摩ガーデンクリニック ☎ 042-357-3671

町田市 みむろウイメンズクリニック ☎ 042-710-3609

横浜市 浅井皮膚科クリニック ☎ 045-334-3412

川崎市 ナビタスクリニック川崎 ☎ 044-230-0580

薬セイジョー
曳舟店
近く

セイジョー薬局
多摩センター店
近く

薬セイジョー^{セイジョー}
町田店近く

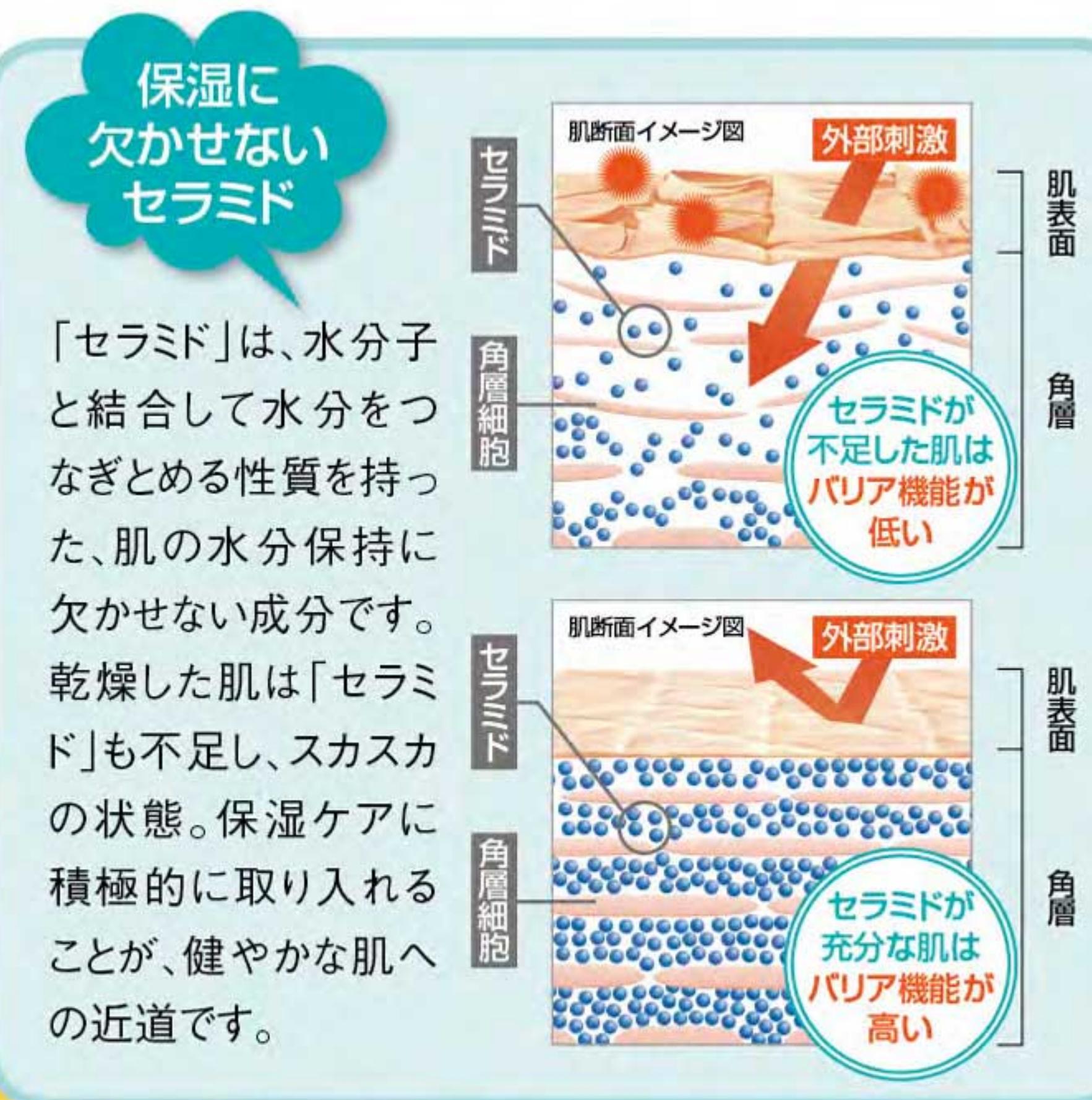
ドラッグストア
いわい
保土ヶ谷店
近く

セイジョー^{セイジョー}
アゼリア川崎店
近く

効果的な保湿ケアを教えてください！

—お風呂の中・お風呂を出たあとにバリア機能を高める保湿ケアを。

肌の乾燥を効果的に防ぐポイントは入浴後の3分保湿。やわらかいタオルでやさしく水分を吸いとり、まだ肌に湿り気があるうち（3分以内が目安）に保湿剤をたっぷりぬりましょう。保湿効果のある入浴剤と一緒に使うのもおすすめ！保湿剤や入浴剤はバリア機能を高めるセラミド配合のものを使いましょう。



この
ポスターが
目印★

このポスターが貼ってある
医院さんでもらえて
ぜひお試しください！

**スキンシップしながら
親子で楽しく保湿ケア**

使うのは
こい!

からだ

上にずらしながら、
ハートを3回描きます
子どもたちはママの手の
ひらが大好き。目を見て
お話をしながら、塗って
あげましょう♥

一度に使用する量
は、各パート100
円硬貨大くらい。
パパ・ママの手の
ひら全体に広げて
から、やさしく塗っ
ていきましょう。

花王(株)キュレルグループ 小林達郎さん

やさしく円を描くように
手の甲から肩にむかって、
くるくる円を描くように。
肩までいったら腕全体をや
さしくにぎり、手首まで滑
らせるように塗りましょう。
あしも同様に甲から!
**キュレルキュレ
○○ちゃん**(名前)

うで
あし

ハハ
ハハ

顔

大きな声でゆっくりと歌いながら♪
ローションはたっぷり使って、手のひら全体で!
大きな声で歌いながら顔全体のスキンケア。
最後は親子で声を合わせて! いないないババー。

くるくる
ほっぺ
目の上まで
のばして
おでこ全体
手のひらで
鼻を
スゥーと
鼻の下を
指先で
あごの下を
指先全体で
目から下を
手で覆って
最後は
元気よく!
ババ!

12 ドレ
3 ミ
4 フア
5 セ
6 ラ
7 ミ
8 ド (目から下を両手で覆う)

*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、長鎖二塩基酸ビス-メトキシプロピルアミド

こちらの商品は、セイジョー・ドラッグセガミ・パワードラッグワンズで
お買い求めになります。店頭スタッフまでおたずねください。
※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。ご了承ください。

親子でケア! 繰り返す乾燥・肌荒れに! “セラミドケア”ならキュレル

セイジョー 芦花公園南口店
店長 渡邊光則さん

おすすめアイテム
お風呂の中で簡単に保湿ケアできる優れものです。カラカサ肌のケアにオススメします。

キュレル 潤浸保湿 入浴剤 480ml
医薬部外品 薬用
お風呂に入れるだけで簡単に全身の保湿ケアができます。

お得なつめかえ用 360ml もあります!

セラミド機能成分配合の入浴剤★

セガミ 荻窪北店
管理栄養士 村中菜津子さん

おすすめアイテム
特に敏感肌の方の保湿ケアにオススメしています。べたつかず使いやすいアイテムです。

キュレル 潤浸保湿 ローション Moisture Milk 医薬部外品
弱酸性・無香料・無着色

キュレル 潤浸保湿 クリーム Moisture Cream 医薬部外品
弱酸性・無香料・無着色
顔・からだ用

キュレル 潤浸保湿 クリーム 35g / 90g
医薬部外品 薬用
セラミド機能成分がたっぷり配合されたクリーム。乾燥しがちな部位の集中ケアに。

ひじ・ひざ・
ひざ下・かかとなどに!

パワードラッグワンズ
吉祥寺店 店長 梁野哲平さん

おすすめアイテム
チューブタイプは、お求めやすい価格と分量なので、試してみたい方はまずこちらを。

セイジョー 芦花公園南口店
管理栄養士 柳瀬茉耶さん

おすすめアイテム
キュレルのローションは、サラッと伸びが良いので、使用感が抜群です。

キュレル 潤浸保湿 ローション 220ml
医薬部外品 薬用
からだにも顔にも使える全身用乳液。のびがよくムラなく塗れます。

お家でできる対策ってなに?

感染症 アレルギー

について

教えてドクター
感染症講座

Q

風邪やインフルエンザの季節に、家庭で身近にできる対策を教えてください!



教えてくれたのは!
まつもと小児・アレルギークリニック
まつもと つとむ
松本 勉先生

A 睡眠・運動・食事の見直し

手洗い、うがい、マスクと身近にできることは沢山ありますが、さらに基本である、睡眠・運動・食事を改めて見直し、風邪に負けない体をつくることも大切ですね。いわゆる「風邪」の治療は、場合によって薬で症状を和らげ、本人の治る力（免疫力）を助けることを主としています。

つまり睡眠・運動・食事をしっかりと

免疫力を高めることが
風邪対策の一番の近道!



Q

赤ちゃんのアレルギーがこれから心配です。家庭では、どんなことに気をつけたらいいですか?

A アレルゲンを減らす工夫

ホコリの中にはアレルゲンとなるダニやその死骸と糞、花粉、食品の微粒子も含まれています。家族にアレルギー体质がある場合には、布団は週に1回、畳・カーペットは3日に1回、1m²あたり20秒間掃除機で吸うと効果的です。また、室内の換気などでホコリをためない環境作りを心がけましょう。

家電を上手に活用するのも良いでしょう!

子どもが吸い込む前に、
ダニやホコリを除去しよう!

空気中には
色々なアレルゲン
があるんだね



家族のために、食事を見直そう!

野菜を上手にとろう!

3食のバランスよい食事が、風邪に負けない体づくりの基本です。
でも、子どもの好き嫌いが多い野菜は、特に不足しがちでは?
子どもでも進んで食べてくれる工夫が必要ですね!



皆さん上手に取り入れていますか?

▼ ブロッコリー

ビタミンC
スルフォラファン



▼ しょうが

ジンゲロール
(辛み成分)



▼ まいたけ

食物繊維
グリシン



▼ トマト

ビタミンC
リコピン



旬のものは
体に良い!

ゲンキのモト♥オススメ

Oisixのこだわり野菜

栄養価の高い旬の
オススメ野菜を、
手軽に食卓に取り
入れる食材宅配を
活用しよう!



Oisix
おいしっくす

定期宅配サービス「おいしっくすくらぶ」
をおすすめする3つの理由

- ①入会金・年会費が無料!
- ②受け取り日時の指定可能!
- ③お好きな商品を選んで、お買い物が可能!

ゲンキのモト読者限定!

今食べいただきたい
【旬のおためしセット】をご用意!



おためし価格
980円
(税込)

おためしセットのお申込みはコチラ
[http://www.oisix.com/
sc/genki12](http://www.oisix.com/sc/genki12)

*お申込みにはメールアドレスが必要になります。



家族のために、おうち環境を見直そう!

身近な空気って
いつも汚れて
いるんだね

お部屋の空気 汚れていませんか?



佐藤 華代さん
えまちゃん(1歳7ヶ月)
★寒い季節は子どもの体調が心配です。

体験! 北欧の高性能空気清浄機「ブルーエア」

目に見えない粒子を除去してくれる安心感!!

宮城 亜也子さん
そうすけくん(8ヶ月)
★赤ちゃんのアレルギーが気になっています。

柳 まどかさん
ひなたちゃん(9ヶ月)
はじめての赤ちゃんだから安心な物を使いたい。

みんなが心配する花粉・ウイルス・細菌・カビ菌!
ブルーエアなら99.97%^{*4}も除去できるよ!

ブルーエアの「汚れ除去率」と「清浄時間」の実証データ
25m²(6畳相当)の実験環境で、ウイルスが10分後にどうなっているかを測定。

■ウイルスの除去性能結果

ブルーエア...650Eを「スピード1」で24時間動かした場合。
炊飯器...マイコン炊飯器(5.5合)炊飯1時間あたり651W、保温1時間あたり31Wで、0.5時間炊飯+2.5時間保温した場合。
※単位電気代1kWh=22円。
実際の使用方法や環境によって異なります。

ブルーエアの「汚れ除去率」と「清浄時間」の実証データ
25m²(6畳相当)の実験環境で、ウイルスが10分後にどうなっているかを測定。

■ウイルスの除去性能結果

ブルーエア...650Eを「スピード1」で24時間動かした場合。
炊飯器...マイコン炊飯器(5.5合)炊飯1時間あたり651W、保温1時間あたり31Wで、0.5時間炊飯+2.5時間保温した場合。
※単位電気代1kWh=22円。
実際の使用方法や環境によって異なります。

空気中にあるミクロレベルの汚染物質を除去してくれて安心

ワザあり換気
「寒い時期は家の窓を閉めきってしまうので、ブルーエアが大活躍! 仕事から戻った主人も、こもったニオイがないと言うようになりました☆」

ワザあり省エネ
「電気代を気にしながら使うのは嫌だったのですが、ブルーエアは24時間つけっぱなしでも、1日約15円と聞いて安心しました。今は気兼ねなく使ってキレイな空気生活を満喫しています!」

加湿装置の中はバクテリアの温床になりやすいって知ってた?

「大事なのは空気清浄機能なので、加湿装置は最初からついていない方がシンプルだし、使い勝手が良くて私好み! 以前は、「空気清浄機は置いてあれば安心くらいの気休めで、機能性までこだわったことはありませんでした。でもブルーエアを使ってみると実際に体感できたので、ビックリしました!」

ブルーエアのフィルターは交換式だからとても衛生的!

約半年でフィルターはここまで汚れます!

ブルーエア
28dB
静かな図書館
※28dB...全モデル「スピード1」で稼働させた場合。

ブルーエア
40dB
静かな図書館
※40dB...全モデル「スピード1」で稼働させた場合。

■試験機関:(財)北里東洋科学センター ■試験方法:25m²(6畳の畳面積相当)を24時間動かして、微生物粒子を浮遊させブルーエア650Eの除菌性能を測定。 ■試験結果:10分後99.97%以上除去。 ■試験報告書:北生発22_0070号、北生発22_0071号、北生発22_0072号

世界基準^{*1} No.1^{*2} の空気清浄機! ブルーエア!



世界には、米国家電製品協会(AHAM)が定める空気清浄機の世界基準^{*1}があります。それが CADR 値(Clean Air Delivery Rate:クリーンエア供給率)です。

ブルーエアの3つの特長

- お部屋は常に汚れ続けている…だからハイスピード清浄
- お部屋には大小様々な物質が浮遊する…だから高い除去率
- 汚れたフィルターを使い続けるのは不衛生…だからフィルターはお手入れでなく“交換”

赤ちゃんが汚れた空気を吸う前に、お部屋全体の空気を素早く綺麗にできる



*ブルーエアが採用している米国家電製品協会規格「推奨フロア面積」と、日本電機工業会規格の「適用床面積」が同じ場合の比較(理論上の数値)。実際の効果は、部屋の状況やご使用方法により異なります。

●ブルーエア開発秘話

空気清浄機にとっての最大の難問。それは、「清浄スピード」と「汚れ除去力」との両立でした。除去力を重視してフィルターの目を細かくすると空気が通りにくくなってしまい、スピードが低下する。スピードを重視してフィルターの目を粗くすると、こんどは微粒子が通り抜け除去力が低下する。この矛盾する2つの機能を両立させたのが、

独自の特許技術「HEPA Silent[®]テクノロジー」^{*5}

粒子イオン化技術と目の細かさの異なる3層のフィルターからなる、ブルーエア独自の技術です!

清浄スピード + 汚れの除去力

ココがスゴイ!!

目の大きさの異なる3枚のフィルターを重ねることで、小さな汚れに合わせて作られた1枚もののフィルターに比べ、格段に目詰まりが起りにくくなっています!



※図はイメージ

部屋にこもったカレーの匂いがすぐに消えました!

小田原 絵海さん
るいくん(1歳5ヶ月)
遊び盛りの息子と家事に奮闘中!!

ワザありパネル
「子どもが歩くようになって、家電は子どもが触っても安全なものだけを選ぶようにしています。ブルーエアのリモコンは操作パネルの横に収納できて、スイッチはカバーですべて隠せるつくり! ナルホトな、と思います!」

「空気清浄機にはフィルターのお掃除が欠かせないのは分かってはいるんですけど、水洗いまでするとなるとやっぱり億劫でついさぼりがちでした。でも、ブルーエアのフィルターはカバーを開けて新しいものと古いものを交換するだけ。面倒くさがりやの私でも手軽に使え嬉しいです!」

ブルーエアのフィルターは交換式だからとても衛生的!

約半年でフィルターはここまで汚れます!

ブルーエア
28dB
静かな図書館
※28dB...全モデル「スピード1」で稼働させた場合。

ブルーエア
40dB
静かな図書館
※40dB...全モデル「スピード1」で稼働させた場合。

■試験機関:(財)北里東洋科学センター ■試験方法:25m²(6畳の畳面積相当)を24時間動かして、微生物粒子を浮遊させブルーエア650Eの除菌性能を測定。 ■試験結果:10分後99.97%以上除去。 ■試験報告書:北生発22_0070号、北生発22_0071号、北生発22_0072号

ワザあり運転音
「我が家はテレビの近くに置いていますが、運転音がまったく気になりません。付いているのを忘れてしまうほど静か!」

ワザあり大掃除の手間が省けてラクチン
約6ヶ月後
人が吸い込む前に空気の汚れをしっかりキャッチしている証拠!

ブルーエア
キレイ
汚れている

「ニッコリ顔はキレイ、困った顔は『汚れている』。取扱説明書を丁寧に読まなくても一目でわかる顔マーク表示! 早くニッコリ顔にならないかな~♪と、ひそかに楽しみつつ使っています! フィルターの交換時期も操作パネルでお知らせしてくれますよ!」

●使用者の声は、個人的な感想であり、使用環境により効果には差があります。

赤ちゃんと子どものために選んでほしい
北欧スウェーデンで生まれた高性能空気清浄機



●推奨のフロア面積: ~65m² (39畳)
●参考価格: 119,700円 (税込)

●推奨のフロア面積: ~20m² (21畳)
●参考価格: 79,800円 (税込)

●推奨のフロア面積: ~20m² (12畳)
●参考価格: 54,600円 (税込)

推奨のフロア面積: CADR値から規定に従い算出

*1: 米国電気製品協会(AHAM)によるクリーンエア供給性能に関する基準

CADRが、米国、フランス、スペイン、中国、ドイツ等で利用されていることから事業上の世界基準とする(2011年4月現在)

*2: ホコリ・花粉・煙、花粉の全項目でCADR検査上位値を超える値を記録。

ブルーエア650E対象。(2011年4月現在)

*3: ブルーエアの「スピード1」で1時間あたりの最大清浄回数より算出。

*4: Camfil社による実験データ。

*5: アメリカ、イギリス、ドイツ、フランス、スウェーデン等で特許取得済み。

※吸い戻ヶタ、故障の原因となる恐れがあるため、吸入口や吹出口、本体のすぐ間に指や金属物等の異物を入れないように注意ください。

ブルーエア空気清浄機のお問い合わせ

Blueair

●ブルーエア取り扱い店舗

<http://www.blueair.jp/shoplist/>

※最寄りの店舗は上記サイトで検索できます。上記の取り扱い店舗のほか、ブルーエアストア(電話:インターネット)でも購入できます。

●ブルーエアサービスセンター

0120-974-419

受付時間: 9:30~17:30(土・祝日・年末年始を除く)

<http://www.blueair.jp/>

子どもの病気特集

編集部に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!

クリニック検索 サイトOPEN!!

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
ようになりました! ご近所
のオススメドクターを簡単に
調べることができます。

ゲンキのモトのお医者さん
<http://genki-moto-doctor.jp/>



今回の取材・特派員プロフィール

ルナちゃんママ スタッフ (40歳)

主に都心エリアの取材担当スタッフ

小1の娘の前歯が2本抜けました。乳歯から永久歯について興味津々。
★趣味 食べ歩き
★ゲンキのモト 犬のボン吉

あや編集スタッフ (26歳)

ゲンキのモト最年少!
フレッシュな笑顔の編集スタッフ

ジムに通いはじめで3ヶ月。
少しやせた? ような気がします!
★趣味 紅茶
★ゲンキのモト しょうが

みかこ編集長 (33歳)

11歳、8歳の息子を持つ
ママ編集長

最近チワワちゃんを飼いはじめました! 息子たちと一緒に遊んでます。

★趣味 料理/息子と勉強
★ゲンキのモト 家族と愛犬

ゆり編集スタッフ (43歳)

取材経験豊富な編集スタッフ

最近我が家のがんばりが二層式から、ようやくドラム式へ!
快適です☆

★趣味 JAZZライブを見る
★ゲンキのモト 睡眠をとる!

上町

交通 東急世田谷線 上町駅

いしかわキッズ クリニック

小児科、内科、アレルギー科
03-5451-3014

■診療時間
月火水木金土日祝
9:00~12:00 ○○○○○○○
15:00~19:00 ○○○○○○

●〒154-0017
東京都世田谷区世田谷2-6-11
●駐車場あり(2台)
●http://www.ishikawa-kids.com/

予約について 予約優先。WEBにて時間予約ができます。



地域密着のホームドクター! 優しい先生のいる医院さん☆

約 半世紀にわたり上町で診察してこられた内科医院さんが、平成23年に新たにリニューアル。小児科医の息子先生が院長となり、子どももお世話になれる医院さんになりました! 「お母さん達は悩まれて来院されるのだから、悩みはすべて聞いてあげたい。それで家庭での不安を少しでもなくしてあげられたら嬉しいです。子ども達は楽しく帰ってくれたらそれで満足ですね」終始穏やかな表情の優しい石川先生! 「ここは病院ではないのだから、かしこまらずに気軽に来てください」というメッセージが印象的でした☆

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 明るく、楽しい診察ができる限りママの悩みを解消できるように努めています。



主な紹介病院
●国立成育医療研究センター
●東京医療センター



Doctor's Profile

いしかわ てるあき 石川 央朗先生 (38歳)

愛知医科大学医学部卒業、日本大学医学部小児科学教室入局、横須賀市立市民病院勤務、旧日本大学医学部付属練馬光が丘病院勤務、日本小児科学会認定小児科専門医、日本アレルギー学会認定アレルギー専門医
出身地 ● 東京都世田谷区 血液型 ● A型
ゲンキのモト ● 朝子ども達をバス停まで送っていくこと

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、血球算定、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)

※授乳はスタッフにお声掛けください。

■乳児健診(予約制)火水金第1・3土 14:00~15:00
■予防接種(予約制)火水金第1・3土 14:00~15:00
および診療時間内でも対応可能
■アレルギー外来(予約制)火水金第1・3土 14:00~15:00 および診療時間内でも対応可能



安心感120%! 頼りたくなってしまうクリニックです!

小 関先生は、とてもやわらかい雰囲気の先生。医療に対して真摯な姿勢と愛に満ち溢れています! 先生からは「小児の病気は悪くなるのもよくなるのも早い。早期に診断、適した治療をすることが大切な。中には、医者がアレルギー等病気を作つて長期にわたり治療を受けさせる、といった間違った考えもあるのよ」さらに「育児に関してはインターネット等の知識は間違いも多いので、正しい育児を示唆するのも小児科医の大切な責務」という熱い想いを聞くことができました☆患者さんのみならず、後輩となる女医の先生たちにとっても大きな存在ですね!

先生の得意分野 育児学

診療について心がけていること

正しい育児をママに伝えること



子どもに最大限に配慮された快適医院さん!

子 どもが大好き! という先生たち。子どもが病院嫌いにならないように、あらゆるところで工夫をしています。診察を頑張ったごほうびでシールがもらえたり、吸入や点滴のときも、歌やアニメが流れるタブレットが導入されています。院内も、かわいらしい森や動物たちの壁紙でいっぱい☆何よりも、子どもにもママにも優しく親身になってお話を聞き、説明してくれる先生たちがいるので、至れり尽くせりなのです!

先生の得意分野 高嶋先生: 小児科一般、小児血液
大野先生: 小児科一般、新生児

診療について心がけていること 高嶋先生: 子どもたち自身から病状をできるだけ聞くようこころがけています。
大野先生: 子どもが怖がる時間を少なくすること。

■乳児健診・予防接種(予約制)月~土 14:00~15:30



交通 小田急小田原線 成城学園前駅

成城
学園前

小関クリニック

小児科
03-3483-5121

■診療時間
月火水木金土日祝
9:00~12:00 ○○○○○○○
14:00~17:00 ○○○○○○○

●〒157-0066
東京都世田谷区成城7-9-17
●駐車場あり(2台)



Doctor's Profile

おぜき あつこ 小関 温子先生

東京女子医科大学卒業、愛育研究所附属病院小児科入局、虎ノ門病院非常勤勤務、日本女医会副会長、日本小児科学会認定小児科専門医、産業医(NHK関連)・学校医・保育園医(多数)としても活躍中!

出身地 ● 東京都 血液型 ● A型
趣味 ● フランス刺繍、ゴルフ
ゲンキのモト ● お仕事!

予約について
基本的に直接来院。



東急東横線・ 大井町線 自由が丘駅

自由
が丘

自由が丘メディカル プラザ小児科

小児科
03-5731-3565

■受付時間
月火水木金土日祝
9:00~12:30 ○○○○○○○
15:30~18:30 ○○○○○○○

●土曜午後15:30~17:30
●〒152-0035
東京都目黒区自由が丘2-11-16
ニューパルビュ-3F
●http://www.jiyugaokamp.com/s



Doctor's Profile

かじましょしふみ 高嶋 能文先生 (42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、日本小児科学会認定小児科専門医、出生地 ● 静岡県 血液型 ● A型
ゲンキのモト ● 子どもの笑顔

大野 貴美子先生 (38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、日本小児科学会認定小児科専門医、出生地 ● 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

予約について 予約優先。電話にてご予約ください。





東京外環千代田線
交通 JR常磐線各駅停車 綾瀬駅



じゅんクリニック

内科、小児科
03-5697-4141

■診療時間
月火水木金土日祝
9:30~13:00 ○○○一○☆一
15:00~18:30 ○○○○○一

★土曜9:30~14:30
●平12:00~004
東京都足立区東綾瀬1-10-8安達ビル1F
●近隣に有料駐車場あり、無料チケットお渡しします。



患者さん想いの心優しい女医先生がいます!

私は医者が天職だから」と爽やかに言い切る加瀬先生。「先週は遠足だったから、そこで風邪もらったかな?」なんて会話、実はお母さん達との雑談から近隣の園の行事をすべて把握しているというから驚きです!赤ちゃんの薬の飲ませ方、免疫力UPの食材、ダイエットのコツなどなど……先生とお話ししているとタメになることばかり。地域の方が「何かあったら純子先生!」と信頼する理由がわかります!「患者さんのために、困っている人のために」という先生の本物の優しさに胸うたれる取材となりました☆

先生の得意分野 漢方治療、子どもの不定愁訴、アレルギー
診療について心がけていること 「自分が患者だったらどうして欲しいだろう?」と常に患者さん目線を大切にしています。

みかこの
取材日記

Doctor's Profile

加瀬 純子先生

日本大学医学部卒業、同大医学部第三内科入局、同大医学部附属板橋病院・駿河台日本大学病院・杏雲堂病院勤務、法典クリニック元副院長

出身地 千葉県 血液型 A型

趣味 ●料理(レシピを考える) 音楽(聴く、作曲、ピアノ)

ゲンキのモト ●患者さんの笑顔、愛犬の温もり

主な紹介病院 ●東部地域病院 ●東京慈恵会医科大学葛飾医療センター ●東京女子医科大学東医療センター

設備・検査・対応

●レントゲン ●点滴対応 ●吸入器対応 ●迅速診断(インフルエンザ、溶連菌)

※授乳はスタッフまでお声掛け下さい。ご案内いたします。

■乳児健診(予約制) 診療時間内にて個室で対応
■予防接種(予約制) 水14:00~15:00、第2~4土13:00~14:30

予約について 基本、ネットによる当日予約制。(午前診療受付8:00~/午後診療受付10:30~/急患対応可。状況によりご希望に添えないこともあります。予防接種は事前に要電話予約。

QRコード

QRコード



夜9時まで診察している便利な駅ビルクリニック!

アトレ川崎8Fにあるナビタスクリニック川崎さんにお邪魔しました!こちらは小児科だけでなく、内科、皮膚科といったそれぞれの専門家に診察してもらえる医院さん。夜9時まで診察しているので、「急に熱が出ちゃった!」などときも安心ですね。「人のためになりたくて…」ドクターを志したという河野先生は、子ども目線を大切にした診察をされる小児科専門医の先生!「子ども達の笑顔がなにより嬉しい」と語る、穏やかな印象のとっても優しい先生でした。

河野先生の得意分野 小児循環器

診療について心がけていること

お母さんとのコミュニケーションを大切に、じっくり丁寧に診ています。自分の家族を診るような気持ちで診察にあたっています。

■乳児健診・予防接種※他の時間帯でも相談可能
月・火・木・金14:00~15:00(予約制)

トラベルクリニックも実施中! 海外旅行のときは是非相談を☆



子ども達に人気のキッズスペース☆



Doctor's Profile

河野 一樹先生(41歳) 右:小児科担当

新潟大学医学部卒業、慶應義塾大学病院小児科勤務、都立清瀬小児病院勤務、日本小児科学会認定小児科専門医

出身地 ●神奈川県海老名市 血液型 O型

休日の過ごし方 ●家族でお出かけ ゲンキのモト ●家族!

久住 英二先生(39歳) 左:内科担当
新潟大学医学部卒業、国際旅行医学会認定医、日本血液学会認定血液専門医
出身地 ●新潟県 血液型 A型

ナビタス
クリニック川崎

内科、小児科、皮膚科
044-230-0580

■診療時間
月火水木金土日祝
10:00~21:00 ○○○○○一

★土曜10:00~17:00

●平21:00~007

神奈川県川崎市川崎区駅前本町

26-1アトレ川崎8F

●駐車場 有料駐車場120台あり

(アトレ川崎バーキングタワー)

●http://www.navitasclinic.jp/kawasaki/

予約について
完全予約制。初診から、予約専用電話(TEL:044-230-0581)やPC・携帯からのネット予約が可能です。



交通 京王線 聖蹟桜ヶ丘駅

まえはら小児科

小児科
042-374-5028

■診療時間
月火水木金土日祝
9:00~12:00 ○○○○○一
15:00~18:00 ○☆○一○

★火午後16:00~18:00

●平20:00~011

東京都多摩市関戸4-72

聖蹟桜ヶ丘オーパ5F

●駐車場あり(地下有料駐車場)

予約について 完全予約制です。
お電話にてご予約ください。

丁寧な診察が人気!
明るく元気をもらえる先生です

聖 聖蹟桜ヶ丘駅前のショッピングセンター内にある小児科さん。院長の前原先生は、軽快な関西弁で患者さんの不安な気持ちを和ませる、とても気さくで楽しい先生です。子どもが好きだから小児科医になったと言うだけあり、子ども達への対応はお手のもの!「心配なら毎日でもおいで。何しに来たん? とは言わへんから」と、お母さん達の相談にも気軽に乗っていただけ、また、病院との連携も大切にされています。「患者さんとお母さん達を笑って帰してあげるのが理想」と語る、とっても素敵な医院さんでした!

先生の得意分野 腎臓、小児科一般

診療について心がけていること

いつもお母さん達が笑顔になって帰るようにと心がけています。

ゆりの
取材日記

Doctor's Profile

まえはら こうじ 前原 幸治先生(57歳)

弘前大学医学部卒業、神戸大学医学部附属病院小児科学教室入局、旧加古川市民病院勤務、日本小児科学会認定小児科専門医

出身地 ●兵庫県神戸市 血液型 O型

休日の過ごし方 ●掃除

ゲンキのモト ●夫婦でお酒を楽しむこと

家族構成 ●5人のお子さんのいるパパ先生です!

主な紹介病院 ●都立小児総合医療センター ●日本医科大学多摩永山病院 ●日野市立病院 ●多摩南部地域病院など

設備・検査・対応

●禁煙支援

※オムツの取り替えや授乳はお声かけください。

■乳児健診(予約制) 水 13:00~15:00

■予防接種(予約制) 火 13:00~16:00

新米ママも安心! 豊富な知識と経験を備えたドクターです!

緑 多い住宅地の奥手に併む、はらこどもクリニックさん。近隣では有名な小児科さんです。広い知識と豊富な経験にもとづいた診察に先生のファンが多く、また、お母さんたちの話にもきちんと耳を傾けてくれます。「ベテラン先生だから・・・」と緊張しがちなママも、その穏やかで飾らないお人柄にホッとすること間違いナシ! 光をたっぷり取り入れたコンクリート打ちっぱなしのオシャレな院内は、通常の入り口の他に、予防接種と隔離室専用の入り口もあります。やっぱり評判通り! オススメの医院さんでした☆

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、血球算定、血液像、検尿、肝機能、腎機能、脂質、電解質、乳酸、ケトン体、脂質、インフルエンザ、溶連菌、RSウイルス、アデノウイルス、ロタウイルスなど、血液培養、尿培養などが即座に試行可能) ※授乳の方はスタッフまでお声掛けください。ご案内いたします。



Doctor's Profile

河野 英二先生(39歳) 左:内科担当

新潟大学医学部卒業、国際旅行医学会認定医、日本血液学会認定血液専門医

出身地 ●新潟県 血液型 A型

休日の過ごし方 ●家族でお出かけ ゲンキのモト ●家族!



Doctor's Profile

はら ともくに 原 明邦先生(74歳)

熊本大学医学部卒業、熊本大学大学院医学研究科修了、熊本大学医学部元文部教官助手、国立西埼玉中央病院元小児科医長、日本小児科学会認定小児科専門医

出身地 ●佐賀県 血液型 O型

趣味 ●読書 ゲンキのモト ●自分の任務を忠実にこなす

主な紹介病院 ●防衛医科大学校病院 ●国立西埼玉中央病院 ●埼玉医科大学病院



はらこどもクリニック

小児科
04-2926-4333

■診療時間
月火水木金土日祝
8:40~12:00 ○○○○○一
15:00~18:00 ○○○○○一

●〒359-1141

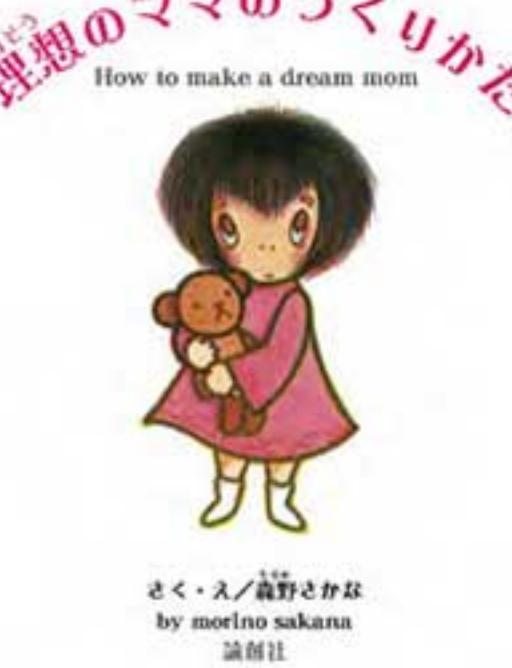
埼玉県所沢市小手指町2-1379

●駐車場あり(18台)

●http://www.hara-kodomo.com/

予約について 完全予約制。初診: 電話予約。再診: ネット予約。予防接種、育児相談は電話予約です。

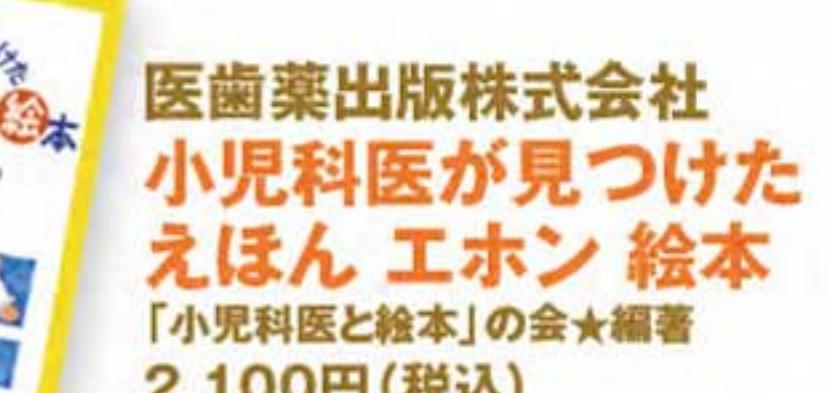


さく・え／森野さかな
by morino sakana
絵本社

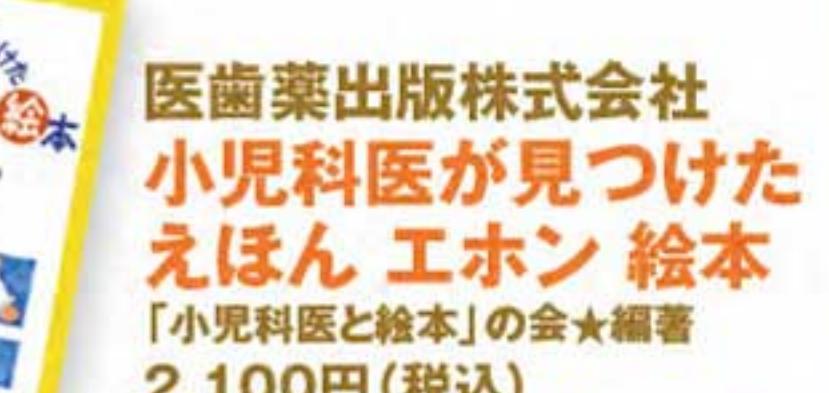
論創社
マエピーのABCえほん
いいな タウン★文 まえだ あさみ★絵
1,260円(税込)
「さんかくの そこを“エイ”っと もちあげる」といったように、リズムのよい文と、ポップなデザインの絵で、A～Zまでアルファベットを楽しく覚えられそうな絵本です！

さく・え／森野さかな
by morino sakana
絵本社

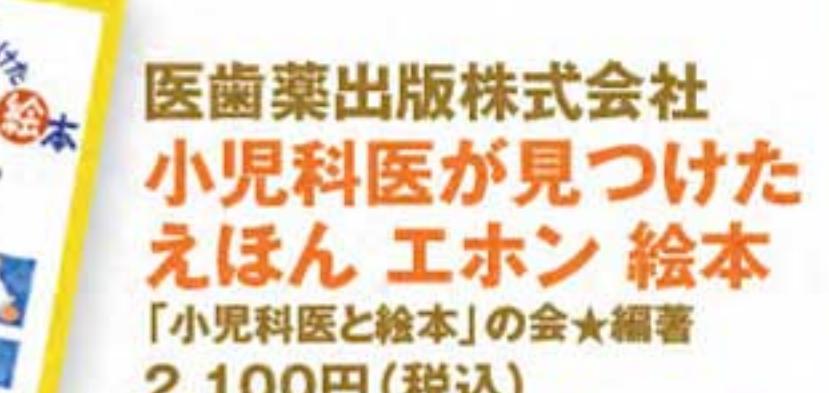
論創社
パパさんロボット買いました
森野 さかな★作・絵
1,050円(税込)
パパとママの間に新しい命が誕生したとき。物語はそこからはじまります。「ぼく」が大いに好きなのは、ママの代わりになってくれる完璧なパパ？それとも…？パパにもぜひ読みたがりの1冊。

さく・え／森野さかな
by morino sakana
絵本社

論創社
ぼくとタロー
森野 さかな★作・絵
1,050円(税込)
なりたい自分と嫌いな自分。小さいころ、だれもが持ったことのある空虚の世界観を描いています。本当にいいことをしてほめられたいけれど、つい悪さをしてしまう。そんな時、パパとママはどう接したでしょうか？

さく・え／森野さかな
by morino sakana
絵本社

論創社
小児科医が見つけたえほん工房 絵本
「小児科医と絵本」の会★編著
2,100円(税込)



医歯薬出版株式会社

新座

東武東上線 志木駅・西武池袋線 ひばりヶ丘駅
から西武バス「新座市役所」バス停下車



たきやま小兒
クリニック
小児科、アレルギー科
048-477-8620

■診療時間
月火水木金 土日祝
9:00～12:00 ○○一○○○一
15:00～18:00 ○○○○○○一
●〒352-0011
埼玉県新座市野火止4-1-25-101
●駐車場あり(10台)
●http://www.takiyama-kodomo.jp/

予約について 初診:直接来院。再診:当日の電話にて順番取り予約が可能(予約専用TEL 048-479-1200)



ママもキッズも安心できる、親切・丁寧な小児科さん!

嫌

がって来るよりは、子ども達が喜んで来てくれる場所にしたい」という滝山先生の想いのたくさん詰まったクリニック。2つある診察室の壁には、子ども達からの「ありがとう」の手紙がいっぱい!先生の人気ぶりが見て取れますね☆また、ここ数年でめまぐるしく変わる予防接種も、看護師さんが細かくスケジュール相談に乗ってくれるので安心です。緊急に入院が必要となれば、先生みずから入院先の確保までされているとのこと。優しく丁寧な診察をされている、とても頼りになる医院さんです!

先生の得意分野 アレルギー、内分泌**診療について心がけていること**

自分の子どものように最後まできちんと責任を持って対応したいと思っています。

みかこの取材日記**Doctor's Profile**

たきやま のぶあき
滝山 宣明先生(56歳)
大阪大学医学部卒業、慶應義塾大学病院元小児科助手、米国ピッツバーグ大学留学、埼玉社会保険病院元小児科医長、日本小児科学会認定小児科専門医
出身地 ●神奈川県川崎市 血液型 ●AB型
趣味 ●鉄道 ゲンキのモト ●子どもの笑顔

主な紹介病院

●埼玉病院 ●慶應義塾大学病院 ●順天堂大学医学部附属練馬病院 ●都立小児総合医療センター

設備・検査・対応

●点滴対応 ●吸入器対応 ●迅速診断
(CRP、血球算定、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)

※授乳はスタッフにお声掛けください。

■乳児健診(予約制)月～金 14:00～15:00/土 15:00～17:00
■予防接種(予約制)月～金 14:00～15:00/土 15:00～17:00

東川口

JR武蔵野線 埼玉高速鉄道
東川口駅より徒歩17分



平井こどもクリニック
小児科
048-290-4155

■診療時間
月火水木金 土日祝
9:00～12:00 ○○一○○○一
15:30～18:30 ○○一○○○一
★土午前 9:00～13:00
※第3月曜(祝日の場合第2月曜)午後15:30～17:30は代診の先生による診療

●〒333-0801
埼玉県川口市東川口5-30-6
●駐車場あり(17台)
●http://www.dab.hi-ho.ne.jp/hirai-kodomo/

予約について 初診:直接来院。再診:電話にて順番取りの予約可能。



ワクチン専用ルーム完備の可愛いクリニックです!

軒家風の可愛らしい外観がとっても素敵☆中に入ると高い吹き抜けが開放的です。このあたりは小児科が少ないところで、地域のママ達にとても頼りにされているという印象を受けます。予防接種は専用のお部屋と入口がありますので、風邪の子と接触する心配もありません。院長の平井先生はとても気さくで優しい先生。「電子カルテはついパソコン画面ばかり見てしまうから、あえて導入していないんだよね。お母さん達の方を向いてキチンと話を聞きたいから」とのお話に、先生の誠実さがうかがえました!

先生の得意分野 小児神経**診療について心がけていること**

お母さん達の話を聞く際は、手元のカルテを見るのではなく、顔を向けてきちんとお話を聞くようにしています。

優しく勉強熱心な院長先生です!

あやの取材日記**Doctor's Profile**

ひらい かつあき
平井 克明先生(53歳)
慶應義塾大学医学部卒業、慶應義塾大学病院・静岡赤十字病院・太田記念病院・島田療育センター勤務、日本小児科学会認定小児科専門医、日本小児神経学会認定小児神経専門医
出身地 ●東京都杉並区 趣味 ●散歩 ゲンキのモト ●寝起家構成 ●4人のお子さんのいるパパ先生です!

主な紹介病院

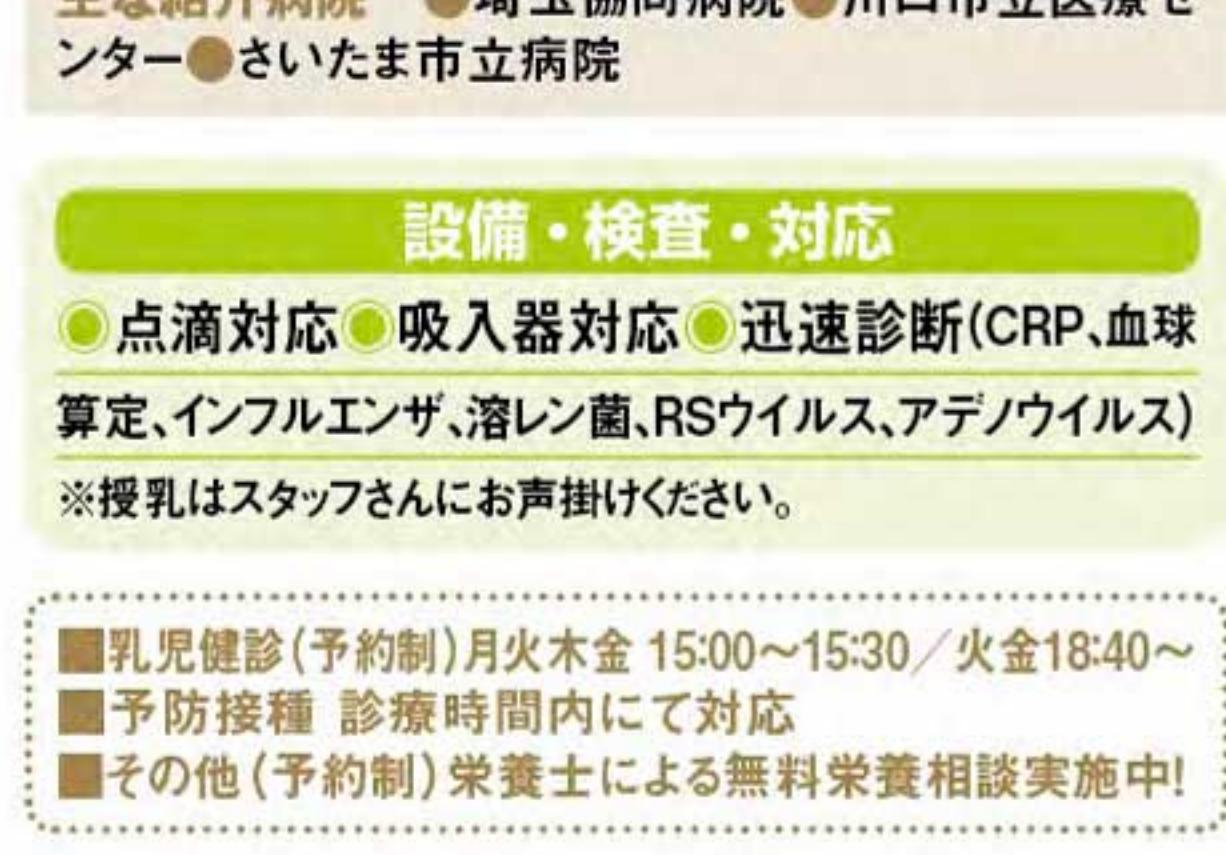
●埼玉協同病院 ●川口市立医療センター ●さいたま市立病院

設備・検査・対応

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

※授乳はスタッフにお声掛けください。

■乳児健診(予約制)月火木金 15:00～15:30/火金18:40～
■予防接種 診療時間内にて対応
■その他(予約制)栄養士による無料栄養相談実施中!



ゲンキ インフォメーション

お味噌汁を作つてくれるようになりました～★

編集長の子育て体験記**子育てって楽しんだもの勝ち☆****ポジティブな気持ちを大切にっ!**

息子たちの成長は、本当に早いもので長男は11歳で次男は8歳。ゲンキのモトをはじめた当初は4歳と1歳。2人とも大きくなったりな～★最近は、もっぱら長男と一緒に勉強するのが楽しくて!趣味になっています(笑)お話の出来ないユウゴとの毎日も一言では語れない深さがあるけれど、その分、普通では出えない体験や近くで助けてくれる母の有り難さなど、いろいろな人の優しさに支えられています。本当に感謝です☆そしてポジティブシンキングに考える大切さを覚えました!よくよ悩んでいて仕方がない、きっとこれは、幸せになるためのプロセスだと思えば、いろんなことが頑張れたり★2013年も家族でニコニコ楽しい毎日が過ごせますように!

ゲンキのモト・編集長 伊藤みかこ

編集長 blog

**ゆり編集スタッフおすすめのグッズ**

リサイクルもできちゃう!



「bobble」というボトル、ご存知ですか?キャップと同じ色の棒がフィルターになっていて、水道水をろ過しておいしく飲むことができる、お利口なボトルなのです!普段、ペットボトルのミネラルウォーターを買っていている、という人は必見ですよ!

**bobble
フィルター付きボトル**

全6色 1,250円(税込)

やえ編集スタッフおすすめのイベント

ママKids ネットワークのクリスマスイベントは
親子でブッシュ・ド・ノエルを作ろう!

[日 時] 2012年12月8日(土)11時～
[参加費] 親子で3,000円
[場 所] 中沢フーズキッチンスタジオ
[募 集] 4～10歳のお子様と親 15組

●詳しい内容、およびお申込みは、
ママKidsネットワーク
<http://mamakidsnetwork.jp/>

2013年のママキッズイベントのお知らせ

親子料理教室や食・ママのホスピタリティ講座を行う予定です。
1月26日(土)子供未来とうきょうメッセ2013
にも出展します!遊びに来て下さい。
メール配信登録も是非、お願ひいたします。



子どもに
伝えたい母の味★
レシピ掲載中!

14

15

急な熱、実は耳のせい?

中耳炎について



息子が二人とも中耳炎を繰り返し、休診日以外は毎日耳鼻科のお世話になっていました…!

子どもに多い中耳炎!

「急性中耳炎」は、鼓膜の奥にある中耳に鼻・ノドから細菌が入って起こる病気です。子どもは耳の位置が低いので鼻や喉にある細菌が中耳に入りやすく、生後6ヶ月から2歳頃は特に注意が必要です。「急性中耳炎」にかかった子どもの40%は反復しやすいと言われており、繰り返す症状に悩めるママも多いでしょう。多くの子どもたちは成長に伴いかかりにくくなります。

しじゅうせいけい 滲出性中耳炎

滲出液が鼓膜の内側にたまる「滲出性中耳炎」も、子どもがかかりやすい中耳炎です。痛みがほとんどなくわかりにくいですが、「呼びかけても返事をしない」「声が大きい」「落ち着きがない」「テレビの音を大きくする」などの症状が見られる場合は、医師に相談しましょう。

※滲出液…炎症の起ったところにしみ出てくる液

薬物療法

薬の効かない耐性菌が多いので、初診時に耳の膿や鼻水をとて細菌を調べ、適正な抗生剤を選びます。

鼓膜切開法

中耳に膿や滲出液が溜まっているときは、鼓膜を切開して取り除きます。鼓膜は元通りに塞がるのでご安心を!

チューピング

中耳炎を繰り返すときは、鼓膜に穴を開け、そこに換気のための小さなチューブを装着します。

急性副鼻腔炎の治療

中耳炎をひきおこしやすい急性副鼻腔炎を発症している場合は、薬物治療と鼻の処置を並行して根気よく治療します。

中耳炎を繰り返さないようにするために

風邪をひかないように気をつける

鼻水はすすぐ
片方ずつ丁寧にかむ

処方された薬は
きちんと飲みきる

治った後も医師の指示に従い定期検査を



こんな時は要注意!

風邪をひいた
きょうだいが中耳炎になつた
鼻水・鼻づまりを放つておいた
鼻を強くかんだ
など…

急性中耳炎

主な症状
熱を出す
耳を痛がる
理由もなく泣く
耳だれが出る

いろいろな治療法



こちらの2院で診てもらいます

早めの受診が
大切です!

代沢

予約制 P 駐車場 診内・院外 車いす可能 漢方治療 隔離室あり プレイスペース オムツ替え 院内スクリーパー

京王井の頭線 池ノ上駅、または 渋谷駅西口東急バス17番乗り場より「淡島」下車

ひらやまクリニック
耳鼻咽喉科

耳鼻咽喉科 03-5779-1835

■診療時間
月火水木金土日祝
9:00~12:00 ○○○一○☆一
15:00~18:30 ○○○○○一

★土曜9:00~13:00
●〒155-0032
東京都世田谷区代沢3-12-23
●駐車場あり(1台)

予約について 初診:直接来院。再診:PC・携帯サイトで順番取り予約可能です。直接来院も可能です。



Doctor's Profile

ひらやま まさとし
平山 方俊先生(53歳)

北里大学医学部卒業、藤沢市民病院勤務、横須賀市立市民病院勤務、町田市民病院勤務、日本耳鼻咽喉科学会認定耳鼻咽喉科専門医、日本気管食道科学会認定医出身地●板橋区 血液型●A型
休日の過ごし方●子どもと過ごす ゲンキのモト●子ども達

主な紹介病院

●東邦大学医療センター大橋病院

先生の得意分野

耳鼻科一般、気管食道科一般

診療について心がけていること

きちんと診察して、きちんと説明するよう心がけています。



松陰
神社前

東急世田谷線 松陰神社前駅

こいづみ
耳鼻咽喉科医院

耳鼻咽喉科 03-3419-5239

■診療時間
月火水木金土日祝
9:00~12:30 ○○○一○○一
15:30~18:30 ○○○一○○一

●〒154-0023
東京都世田谷区若林4-19-1
●http://www.koizumi-ent.jp



Doctor's Profile

こいづみ
小泉 さおり先生

獨協医科大学医学部卒業、同大学病院勤務を経て2011年10月こいづみ耳鼻咽喉科医院開業、日本耳鼻咽喉科学会認定耳鼻咽喉科専門医、厚生労働省補聴器適合判定医
出身地●世田谷区 血液型●A型
休日の過ごし方●ショッピング ゲンキのモト●2歳の姪

主な紹介病院

●東京医療センター
●東邦大学医療センター大橋病院

予約について

インターネットによる順番予約受付・
順番確認を実施 ※初診の方以外



相談しやすい雰囲気が嬉しい、
地元密着の医院さんです!



ゆりの
取材日記

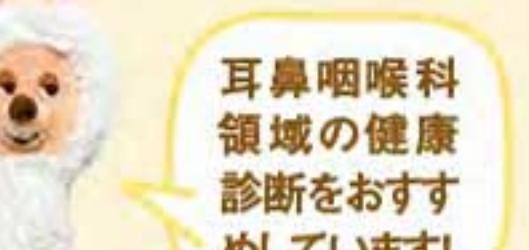
2 011年秋に再オープン。的確な診察と、親しみやすさ・優しさを大切にするさおり先生を慕って、乳幼児を持つママが多く訪れてます! 咳や喉の違和感が長引くとき、慢性的な子どもの鼻づまり(集中力低下の原因に!)、喫煙者への喉頭ガンチェックなど、様々な診察や検査も行ってます! 「これは耳鼻科かな? と迷ったとき、お気軽に電話くださいね」

先生の得意分野

上咽頭炎(長引く咳、喉の違和感)、小中学生の鼻詰まり・いびき、ガン検診(喉頭ガン)

診療について心がけていること

親身な診察。説明を丁寧に行うこと。



耳鼻咽喉科領域の健康診断をおすすめしています!



ゲンキな肌をキープしよう!

子どもの冬の過ごし方



岡村皮フ科医院
院長
岡村 理栄子
先生

教えてドクター 冬に肌が乾燥する理由

冬も本番、乾燥の季節の到来です。そもそもなぜ冬に皮膚は乾燥するのでしょうか? 皮膚科専門医の岡村先生に、

乾燥の理由と 冬のスキンケアのコツ

教えていただきました!

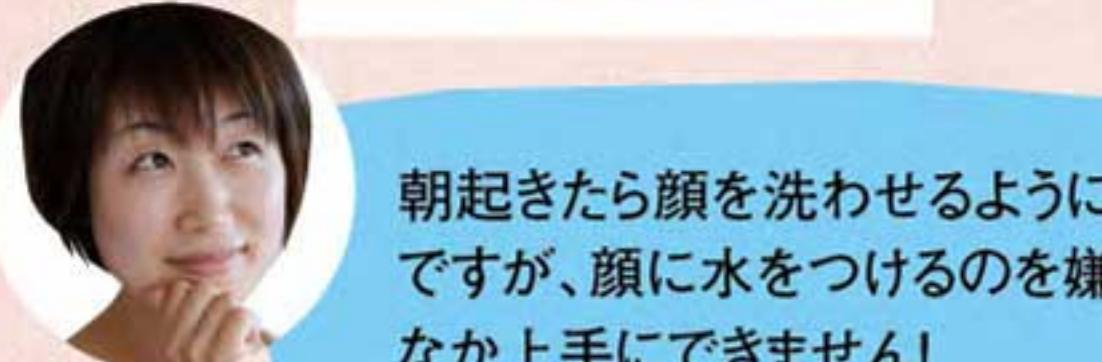
ゲンキKids すこやか肌の 一日

冬は空気が乾燥するのに加えて、近年は川や水路を地中に設けることが多く、川からの水の蒸発が減ったことや、暖房の主流がエアコンになり室内の湿度が低くなつたためと考えられます。こうした影響で皮膚の水分が空気中に失われると表皮の細胞の間が開いてしまい、アレルギー物質が入りやすくなり炎症がおきます。それが続くと皮膚の下層から神経が伸びてきて、少しの刺激でかゆくなります。肌トラブルは予防がとても大切! 多くは生活習慣の改善でかなりの効果が得られます。肌トラブルの多くなるこの季節、デリケートなお子さんの肌を乾燥から是非守ってあげてくださいね。

冬だってスキンケア次第
でふるふるお肌♪



7:00
洗顔



朝起きたら顔を洗わせるようにしたいのですが、顔に水をつけるのを嫌がりなかなか上手にできません!



洗顔のあとは
保湿!!

7:10
着替え

ボクひとりで着替えられるよ! 最近は自分で服を選ぶんだ~♪



セーターの下に
必ず下着!!

14:00
手洗い

幼稚園から帰ってきたら手を洗うように教えて、今ではすっかりひとりでできるようになりました☆



手洗いのあとは
保湿!!

15:00
外遊び



公園だいすき! 寒くとも全然へっちゃら!



お出かけの前とあとに
唇ケア!

教えてドクター 冬のスキンケアのコツ

濡れたタオルで
やさしく拭こう!

お水でパシャパシャするのが苦手な子は、濡れタオルでやさしく拭くだけでも大丈夫! 洗ったり拭いたりしたあとは、保湿するのを忘れずに!

地肌に
セーターはNG!!

一人で着替えてとっても偉いですね! でもちょっと待つ! セーターを地肌に着るのはNG! 皮膚を刺激して肌トラブルの元になるので、必ず下着を着ましょう。綿の下着がオススメですが、綿は洗濯を繰り返すと目が詰まって繊維が鋭利になるので、お古の下着は絶対に避けましょう。

水気はタオルで
キチンと拭こう!

洗った後は、ちゃんとタオルで拭けていますか? 泡が残ってヌルヌルしていない? 水分が残っていると、あつという間に手荒れてしまいます。ママのチェックと手洗い後の保湿はしっかりと行ってあげてくださいね。

唇はガサガサ
しているませんか?

冷たい空気にさらされて唇がガサガサすると、つい舐めたり皮を剥がしてしまう子が多いようです。唾液の酵素は唇荒れのさらなる原因になるので、舐めないように教えましょう。リップクリームはスティックを押しつけ過ぎると唇が色素沈着してしまうので、指にとってやさしく塗ってあげてください。

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。



産婦人科・婦人科

東京都

四ツ谷レディス
クリニック
03-3234-5343
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
中央区角島1-8-1 アイマークタワー203
<http://www.18.ocn.ne.jp/~ill/c/>

いきした女性
クリニック銀座
03-3562-1966
日曜不定休/9:25~12:00(カウン

中央区銀座2-8-4
東明ビル3F
<http://ikeshitaikuko.com/>

対馬ルリ子
女性ライフクリニック銀座
03-3538-0270
中央区銀座2-6-銀座トレススピル
<http://w-wellness.com>

赤枝六本木診療所
03-3405-1388
港区元麻布3-1-30

赤坂見附
宮崎産婦人科
03-3478-6443

港区赤坂1-1-5 富士ビル8F
<http://www.akessakimitsuke-miyazakiclinic.com/>

麻布十番

まみむインスクリニック
03-3405-0928
港区麻布十番1-5-19
ラトリエ・モモワールビル2F
<http://www.azabuwomens-cl.com/>

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

虎ノ門ウインズ
クリニック
03-3502-1211
港区虎ノ門1-4-4第二虎ビル3F
<http://www.t.womensclinic.jp/index.php>

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

たつきクリニック
[女性科]03-5348-7074
新宿区西新宿7-16-14
ミクラ西新宿ビル2F
<http://www.tatsukid clinic.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で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/>

| | |
|---------------------|--|
| 木下産婦人科医院 | 9:00~12:30, 15:00~19:00 03-3602-7201 葛飾区東堀切1-15-10 http://www.kinoshita-lc.com |
| 葛西産婦人科 | 9:00~12:00, 14:00~16:00 03-3686-0311 江戸川区東葛西6-8-6 http://www9.plala.or.jp/GT-KASAI/ |
| 西島産婦人科医院 | 9:00~11:30, 14:00~17:00 042-661-6642 八王子市千人町1-8-5 http://www.nishi-jima-lc.com |
| みなみ野レディースクリニック | 10:00~12:50, 15:30~18:50 042-632-8044 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://minamino-holic.jp |
| 杉山産婦人科 丸の内 | 8:30~13:00, 14:00~16:30 03-5222-1500 千代田区丸の内1-6-2 http://www.sugiyama-lc.com |
| 加塚医院 | 9:30~12:30, 14:00~17:00 03-3910-3611 葛飾区舟込2-5-5 http://kazuka.jp/index.html |
| しのざきクリニック | 9:30~12:30, 14:00~17:00 03-5966-2249 葛飾区長崎5-1-31 http://www.sinosaki-clinic.com |
| 松本レディースクリニック | 月~金 03-5952-5633 豊島区東池袋2-6-3 グレイスローラービーリング http://www.matsumoto-ladies.com |
| 優レディースクリニック | 9:30~12:00, 14:00~17:00 03-3984-2278 豊島区西池袋3-25-11 第6志野ビル2F http://www.yu-ladies.com |
| 赤羽レディースクリニック | 9:30~12:30, 14:00~17:00 03-5249-5651 北区赤羽2-13-1 花川ビル2階 http://www.akabaneladys.jp/ |
| 加藤産婦人科医院 | 9:00~12:00, 15:00~18:00 03-3895-3521 荒川区町屋2-9-21 http://www.kato-gyne.gr.jp |
| みえこ女性クリニック | 月~水 12:15~19:00 03-5943-1123 板橋区仲町6-4-6 コスモ和光ビル2階 http://www.mieko-clinic.com |
| 扇内医院 | 9:30~12:30, 14:00~17:30 03-3990-2111 練馬区中村3-4-18 03-5971-0255, 9:30~18:30 新宿区歌舞伎町1-2-1 内野芭丹ナームペー(新宿区歌舞伎町クリニック) 第3水曜日・日・祝休 http://www.hanomoku-ladiesclinic.com/ |
| 桜台マタニティクリニック | 9:00~11:30, 14:30~17:30 03-3993-0402 練馬区北町4-2-8 03-5971-0255, 9:30~18:30 新宿区歌舞伎町1-2-1 内野芭丹ナームペー(新宿区歌舞伎町クリニック) 第3水曜日・日・祝休 http://www.akuradai-mc.com/top.html |
| 花岡由美子女性 サンテクリニック | 9:30~12:00, 15:00~17:30 03-5047-3307 練馬区東大泉5-29-8 http://www.hanacka-yumiko.com |
| 待木医院 | 9:00~12:00, 14:00~17:00 03-3899-3541 足立区西竹の原2-13-17 http://www.machiki.net |
| 湯原産婦人科医院 | 9:00~14:00~ 受付は午前11時まで、 午後16時30分まで 14:00~17:00にも診療あり 多少は受付時間による診療 日・祝休 http://www.yuhara-clinic.or.jp/pcl/ |
| 新川崎こひき ウインズクリニック | 9:30~13:00, 15:00~18:30 044-542-3931 川崎市幸区鹿島田1-3-33 03-5971-0255, 9:30~14:30 受付は午前11時まで、 午後16時30分まで 14:00~17:00にも診療あり 多少は受付時間による診療 日・祝休 http://kobiki-clinic.com |

このページの
公開期限は
終了しました



筋力強化!!

ママ だってキレイになりたい!

今話題の成分
肌に塗る



ラクトフェリンで キレイになる

キレイ

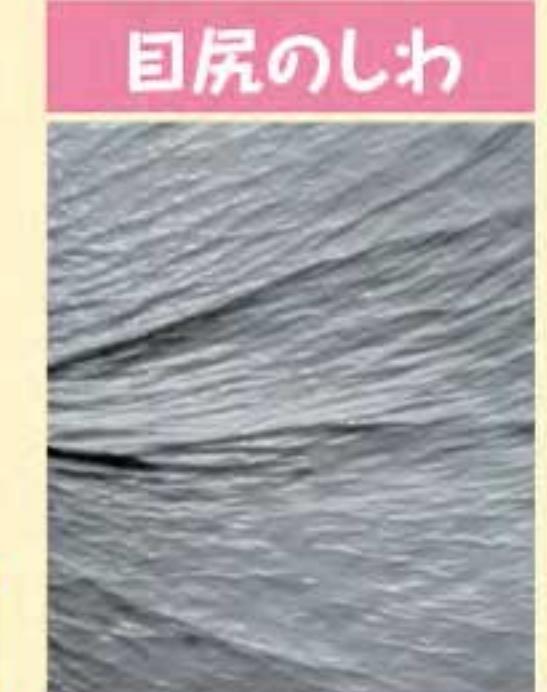
去る10/27に開催された「日本ラクトフェリン学会・第5回学術集会」に、
ゲンキのモトが潜入取材を決行!更年期障害、メタボ対策、歯周病改善など、多方面
から期待が寄せられる話題の成分「ラクトフェリン」ですが、中でもゲンキのモトが注
目したのは、サラヤラクトフェリン研究所によるそのスキンケア効果でした!!

ゲンキのモト学会レポート

肌の老化には理由があった

つれない肌の悩み、 肌の老化メカニズム!

肌のハリや弾力のもと
3つの美肌成分「コラーゲン」「エラスチン」「ヒアルロン酸」
を作り出す細胞
せんいがさいぼう
線維芽細胞が衰退



肌の奥の表面を持ち上げている3つの美肌成分が
作られにくくなると、
しわ、たるみ、毛穴、乾燥や肌荒れ
の原因に…



研究の結果 肌からアプローチ するラクトフェリン^{*1} の実用化に成功☆

キーとなるラクトフェリン^{*1}は
浸透と濃度にこだわりました。
お肌にスッと浸透^{*2}するのを
実感ください!

成分が肌の奥まで
届かないと
意味がない。

レーザー治療の後
の肌にもやさしい
ことが大切。

ラクトフェリンを配合する
ならば、とにかく高濃度
配合にすること。

多くのドクターの声を 大切に!

計画!!



▲サラヤ(株)ラクトフェリン研究所 所長 鈴木 靖志さん

化粧品にはこだわっているのに!

食事と睡眠も気遣っているのに!

小じわ くすみ たるみ



毎日ちゃんとお手入れしているのに!

自分の肌に満足できていない方、多いのでは?
認めたくないけれど、それって老化のせいかも!?

生活習慣の見直しとともに肌老化のメカニズムを理解して、美肌への近道を探ろう!

キレイ座談会

日々の肌トラブルに、どう対処していくべき?そんな悩める女性たちに、サラヤ(株)ラクトフェリン研究所の鈴木所長がアドバイス!

鈴木所長●ええ。ただ、美肌成分は簡単に体に吸収されるものではないので、美肌成分をつくる細胞に直接働きかけた方が効果的ではあるのです。

美保子●直接?どうやったらそんなことができるんですか?



肌の透明感が無くなってきたけど見えるわ

三保子●20代の頃と比べると、透明感がなくなってきたかなって思います。
久美子●しわはもちろんのですが、私は特に肌のゴワつきが気になります。



肌がゴワついで柔らかさがなくなってきたわ

鈴木所長●ラクトフェリンという母乳などに含まれる成分がその細胞を活性化させ、体の中から美肌成分を造り出せるということが研究で分かりました。

裕子●知らなかった! そんなすごい成 分があるんですね。

鈴木所長●ラクトフェリンという母乳などに含まれる成分がその細胞を活性化させ、体の中から美肌成分を造り出せるということが研究で分かりました。

裕子●知らなかった! そんなすごい成 分があるんですね。

鈴木所長●ラクトフェリン^{*3}はコラーゲン量160%UP

コラーゲン(μg)

未処理 ラクトフェリン溶液(エビデン濃度)

※日本ラクトフェリン学会第4回学術集会、(2010一部改変)

Saito et al. Biotechnol Lett (2010) 一部改変

肌の老化チェック

- 夏でも目元や口元がカサつく
 - 頬の毛穴が目立って、毛穴の形も細長くなってきた
 - フェイスラインを両手で持ち上げると、若々しい顔になる
 - 皮膚が薄い方だ
 - 若い頃から乾燥肌が悩み
 - 冷暖房の中にいると小じわが目立つ
 - 最近ストレスが溜まっていると感じる
- ★チェックの多い人は肌老化に要注意!

お肌のお手入れが
気になります…

究極の
エイジングケア^{*3}
始動ー!

今日からスキンケアを見直して
美肌を目指したいと思います♪

全員 /

あなたはどっち? /

1ヶ月たっぷりジェルコース



りょく ふるつツヤッカ アップしよう!

年齢が気になりはじめた肌に、ハリとうるおいを与えるラクトフェリンの肌からのアプローチで本格的エイジングケア^{※1}をスタート。

うるおい効果が小ジワを目立たなくします
「抗シワ」有効性評価試験をクリアしました!

ピンク色は
ラクトフェリン^{※2}が
高濃度に配合され
ている証!

18種類の
アミノ酸、3種類の
セラミドなどの
うるおい成分配合

無添加

合成着色料、合成
香料、パラベン、ア
ルコール、石油由
来界面活性剤



ゲンキのモト
限定価格
初回送料無料
50% off
お試しいただけます!

通常価格
4,725円
(税込)
→
先着300名様
2,350円
(税込)
●ゲンキのモトから
ご注文した方
限定の特別価格!



ピンクのジェル

お肌に浸透しやすいヒミツは?

ジェルの淡いピンク色はラクトフェリン^{※2}の色そのもの。天然酵母がつくりだす天然乳化成分「ソホロリピッタ」の天然酵母を組み合わせることにより、肌へド^ドとラクトフェリンを組み合せることにより、肌への浸透力がさらにアップ!

*1: 年齢に応じた肌のお手入れ *2: 保湿力があります ○浸透は角質層まで



ラクトフェリンラボは
売上の一部を国際協力NGO
ジョイセフに寄付しています。

「LLジェル モイストアップ」のご注文は

1 お電話 「ゲンキのモト」を見てとお伝えください。

0120-41-2020
フリーコール
●受付9:00~21:00年中無休 ※年末年始を除く

2 FAX

0120-14-8080 ●24時間受付/年中無休

FAX・ハガキの場合 ①商品名 ②氏名(フリガナ) ③郵便番号 ④住所 ⑤電話番号 ⑥お支払い方法【代金引換(手数料無料)またはコンビニ・郵便局からの振込(クレジットカード不可)】⑦生年月日
⑧ご送付先是、〒546-0013大阪府大阪市東住吉区湯里2-2-8

ゲンキのモトvol.30係と明記の上、お申し込みください。

商品は、ご注文受付後3週間前後での届けになります。初回送料無料です。お支払いは①代金引換(手数料無料)②コンビニ・郵便局振込③クレジットカード(電話決済に限り)からお選びいただけます。返品は手配料に限り、商品到着後8日以内で承ります。その場合の返送料はお客様のご負担になります。

お客様よりお預かりした個人情報はサラヤ株式会社にて厳重に保護・管理し、製品や各種ダイレクトメールなどのすべての発送物のお届け先として利用する他、サービス向上のためのご案内などの連絡先として利用させていただきます。またご本人様の同意を得ずに第三者に提供することはございません。詳しくはサラヤホームページhttp://www.saraya.com/privacy/をご覧ください。

オールインワン

4つのお手入れをカバーした
オールインワンジェル

化粧水 乳液 美容液 クリーム

ピンク色のジェル うるおい



一円玉大を手にとりお顔
になじませます。気になる
部分は重ねづけ!

伸びの良いなめらかな
使い心地。したいに肌が
モチモチうるおう!

あなたはどっち? /

10日間フルラインおためしコース



うるおい・ハリ習慣を 始めたいなら!

ジンジャーとラクトフェリン
を組み合わせました!

うるおいたっぷりの
ピンクのジェル!



LLアミノクリーミィソープ
[マイルド洗顔] 13g

LLローション モイストアップ
[導入用化粧液] 20ml

LLラクトフェリン ジンジャー
[健康美容サプリメント] 30粒

無添加
合成着色料、合成
香料、パラベン、ア
ルコール、石油由
来界面活性剤

ゲンキのモト
限定価格
初回送料無料

70% off
お試しいただけます!

4,200円(税込)
相当
●本品を上記容量で
換算した時の価格です。

先着300名様
1,260円(税込)
●ゲンキのモトから
ご注文した方
限定の特別価格!

美肌のための10日間のトライアルキット



今日から始める
うるおい習慣!
化粧品3点とサプリ
メントをセットにした
スターターキット!

セット内容
●LLラクトフェリン ジンジャー (30粒)
●LLジェル モイストアップ (18g)
●LLローション モイストアップ (20ml)
●Lアミノクリーミィソープ (13g)

「LLモイストアップ実感セット」のご注文は

1 お電話 「ゲンキのモト」を見てとお伝えください。

0120-41-2020
フリーコール
●受付9:00~21:00年中無休 ※年末年始を除く

2 FAX

0120-14-8080 ●24時間受付/年中無休

FAX・ハガキの場合 ①商品名 ②氏名(フリガナ) ③郵便番号 ④住所 ⑤電話番号 ⑥お支払い方法は、コンビニ・郵便局からの振込(クレジットカード不可)⑦生年月日
⑧ご送付先是、〒546-0013大阪府大阪市東住吉区湯里2-2-8

ゲンキのモトvol.30係と明記の上、お申し込みください。

商品は、ご注文受付後3週間前後での届けになります。初回送料無料です。お支払いはコンビニ・郵便局振込。返品は未開封に限り、商品到着後8日以内で承ります。その場合の返送料は、お客様のご負担になります。
お客様よりお預かりした個人情報はサラヤ株式会社にて厳重に保護・管理し、製品や各種ダイレクトメールなどのすべての発送物のお届け先として利用する他、サービス向上のための案内などの連絡先として利用させていただきます。またご本人様の同意を得ずに第三者に提供することはございません。詳しくはサラヤホームページhttp://www.saraya.com/privacy/をご覧ください。



みかこ編集長

ファインケア
と一緒に

親のことを 考える!

お話を伺ったのは…
(株)ファインケア
代表取締役
永田嘉弘さん

家族のこれからを考
える時、一番気になるのが親との暮らし方。ずっとみんなで一緒に暮らせるのが一番良いのですが、いざという時はどんな選択肢があるのだろう?

近年は新しい考え方の施設やサービスが増え、選択の幅が広がってきているようですが、中でも「サービス付き高齢者向け住宅」が特に注目されているとのこと! ドラッグストアのココカラファイングループでも、これから積極的な展開を考えてい



らっしゃるということで、株式会社ファインケア 代表取締役の永田嘉弘さんに、一体どんな施設なのか、お話を伺うことになりました。

この機会に是非、これから親子の暮らし方について、一緒に考えてみませんか?



なぜ「サービス付き高齢者向け住宅」が注目されているのですか?



「サービス付き高齢者向け住宅(=サ高住)」は、みなさまの声から生まれた住宅なんです!



できるだけ自由で自立的な生活を望んでいる。

今は健康でも、親の一人暮らしは何かと心配だ。

同居だと気兼ねするが、すぐに会える環境がいい。

本人・家族・親戚が、施設への入所を反対している。



介護付有料老人ホームと、主にどんなところが違うのですか?



必要なサービスが選べるので、自分に合った暮らし方ができます!



サ高住

介護付有料老人ホーム

契約形態

賃貸借契約

利用権方式

入居時の費用

敷金(低額)

入居一時金(高額)

利用対象者

60歳以上の高齢者

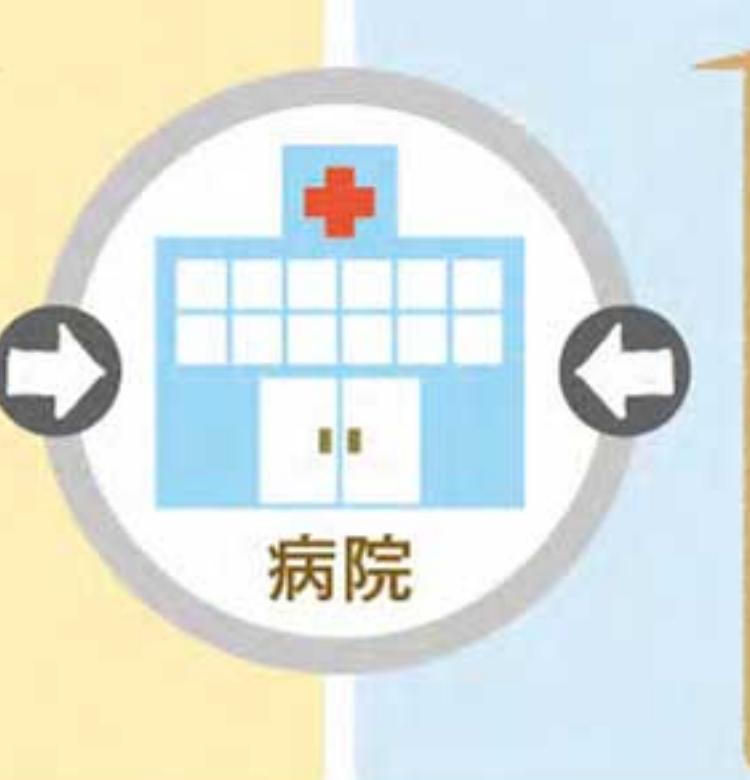
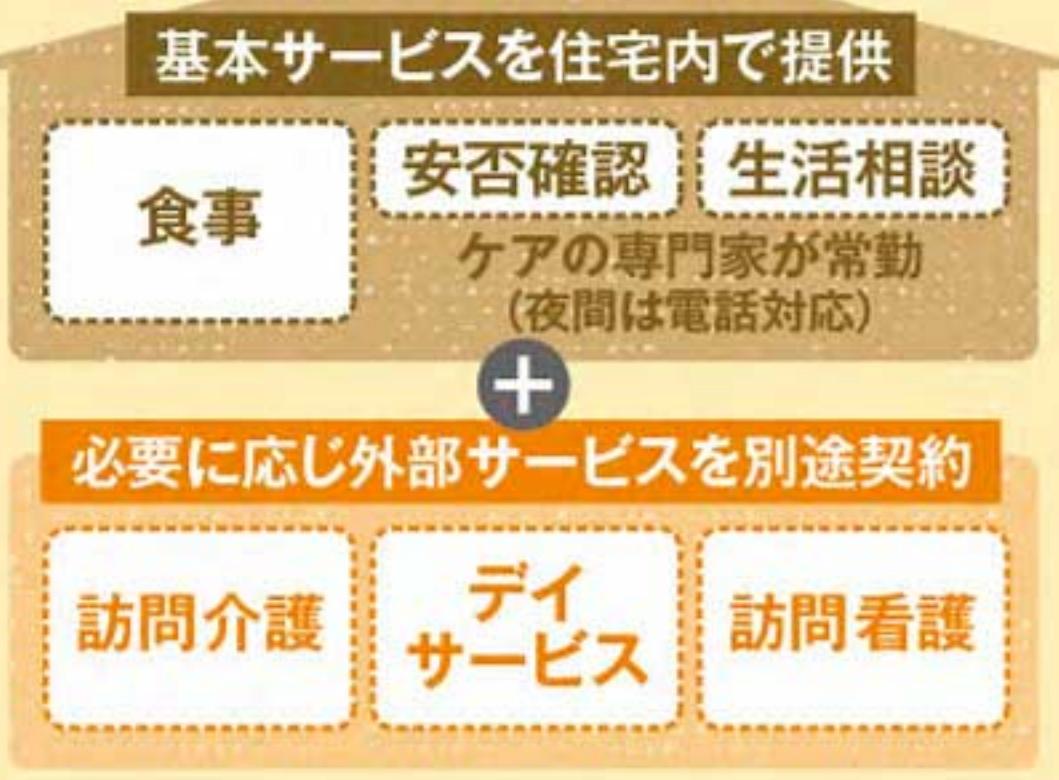
65歳以上の要介護認定者

生活スタイル

プライバシー重視/自由で自立的

共同生活感覚/外出などに制約あり

サービス提供方法



※代表的な施設の比較です。

ココカラファイングループ初の
「サ高住」が3月にオープンします!

ファインケア あおぞら

3月のオープンに向けて着々と準備が進められている『ファインケア あおぞら』は、サービス内容の充実にとても力を入れているようです! 施設長に就任される根岸さんに、詳しく教えていただきました。



施設長 根岸悦子さん

看護師としてのキャリアは約50年! 総合病院の看護部長を務めたのち、有料老人ホームの施設長。来春より「ファインケア あおぞら」の施設長に就任されます。



親子の暮らし方を考える家族にとって、「あおぞら」はとてもよい提案になりそうですね。



待機者問題改善のお役に立ちたいと思っています!

特別養護老人ホームの待機者は、現在全国で42万人にのぼると言われていますが、重度(要介護4~5)の方は3割弱で、半数以上が軽度(要介護3以下)です。特別養護老人ホームの申し込みは重度の方が優先され、軽度の方はサポートが必要でも入ることが難しいため、待機者が増えてしまっているのです。

ファインケアの「サ高住」は、費用の負担が少なく、医療面でも安心して自立的な生活を送ることができる施設になっておりますので、こうした待機者問題を改善するためのお役に立てると思います。

ファインケアでは、みなさまのおかれている現状をふまえ、必要とされる環境をご提案し続けていきたいと考えています。

次回は完成した
「あおぞら」のレポートを
したいと思います!!
お楽しみに♪



0120-710-774

ファインケア あおぞら 開設準備室

[物件概要] 名称: ファインケア あおぞら / 類型: サービス付き高齢者向け住宅 / 所在地: 狹山市富士見1丁目23番14 / 交通: 西武新宿線「狹山市駅」徒歩13分 / 入居条件: 原則60歳以上で、連帯保証人、身元引受人をかけられる方 / 総戸数: 全95戸 (18.00m² ~ 36.00m²) / 構造: 鉄筋コンクリート造 地上3階 / 開設: 平成25年3月1日(予定) / 併設事業所: 訪問介護・居宅介護支援・通所介護・訪問看護

ゲンキのモトVol.30 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! ご応募お待ちしています!

●商品の当選は、発送をもってかえさせて頂きます。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2月25日となります。
※商品の発送において、個人情報を業務委託先に預ける場合があります。



ぐるなびギフトカード
全国共通お食事券
5,000円分

日本全国のレストラン・飲食店の12,000店以上で利用できる嬉しいお食事券! リーズナブルなお店からリッチなお店まで幅広く利用できます。記念日やお祝いにもピッタリ☆



ソニーAVCHDデジタルハイビジョン
ハンディカム「HDR-CX270V」
(プレミアムホワイト)

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、撮りたいものの全体をしっかりと画面の中に収められます。



キュレル
クリーム
(チューブ35g)

潤い成分がお肌の角層の深部まで浸透するので、カサカサお肌もしっとりなめらか。赤ちゃんのデリケートなお肌にも使えます。ベタつかないので、快適な使い心地。



bobble
フィルター付きボトル(385ml)

瓶のところについている棒がフィルターになっており、水およそ150L分もろ過することができます。経済的かつ、エコなボトルです! いつもミネラルウォーターを買っていたあなたに。



プリヂストン
B・フォレスト エコピアの森
横浜in道志ペットボトル

1ケース(500ml×24本)

ブックマーク

環境保全活動の一環で、プリヂストンはエコピアの森プロジェクト(森林整備活動)を展開しています。こちらの森で採れた水と、間伐材で制作したブックマークをセットでプレゼント!



F.L.Clover
おしりふきCASE
(縦約26cm、横約27cm)

これ、おしりふきケースなんです! ほぼ全てのメーカーのおしりふきに対応。詰め替え用の袋ごと入れて使えるので、簡単便利! ウェットティッシュを入れても楽しめます。



ベルソス
サイクロン掃除機
サイクロニック
マックスアストロ

W サイクロ式なので吸引力の低下を軽減! ダストパック方式で紙パックいらず。ワンタッチでゴミ捨てが可能で、お手入れも簡単。毎日のお掃除を楽しく軽く☆



ベルソス
センサー付き
自動開閉ゴミ箱9L

なんと自動でタガを開け閉めできるゴミ箱が登場! ビニール袋の取り付けが可能なので、生ゴミ、オムツ、汚物など専用ゴミ箱にしても便利!



Aprica
抱っこひも
「ベルトフィット コラン2012年モデル」

日本人の体型にフィットする腰ベルトタイプの抱っこひも。通気性がよく、赤ちゃんも快適☆成長に合わせて「タテ抱っこ」「おんぶ」「前向き抱っこ」「腰抱っこ」の4通りで使用可能! デザイン性も高いので、お出かけが楽しくなります!

携帯電話からもご応募できます!



たくさんのご応募
お待ちしています!

次号
予告

★★特集★★
小児科特集

3月上旬(春号)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。

このページの
公開期限は
終了しました



One Team,
One Planet.
地球のために、ひとつになる。

今年で10周年
自然への想いを
ありがとう

テーマ
「これからも
つづいてほしい しそん」

地球上にはたくさんの生き物がいて、
たくさんの自然があるよね。どうすれば、
今ある自然を残していくのかな。
「ずっとこのままでいてほしいなあ」
「こんなふうになっていいって
くれたらなあ」と思う
自然や生き物たちの絵を自由に
描いておくってね。

きれいな未来へ。 第10回 ブリヂストン こどもエコ絵画コンクール



審査員特別賞

カナダ、ニュージーランド、北海道、白神山地、
屋久島のいずれかのエコツアーに
ペアでご招待いたします。

*ツアー先はお選びいただけません。

5
名様



マウントクック国立公園(ニュージーランド)



ブリヂストンサイクル賞
10名様
自転車(ジュニア用)



ブリヂストンスポーツ賞
10名様
テニス又はゴルフグッズ(ジュニア用)

参加賞

応募者全員プレゼント
あなたの作品を
ステッカーにします。



3月中旬お届け予定

ブリヂストン賞(76名様) オリジナルスケッチブック

エコ絵画賞(2000名様)

審査員特別賞・ブリヂストンサイクル賞・ブリヂストンスポーツ賞・
ブリヂストン賞を含む一次審査を通過した2,000名様に、応募作品
をプリントしたオリジナルエコバックをプレゼントいたします。

エコピアの森賞(100名様)

応募者全員の中から抽選で100名様に「B・フォレスト エコピアの森」
のひのき間伐材で制作したブックマークをプレゼントいたします。

団体上位賞(6団体様)

5地域(※1)ごとに応募総数上位1団体(関東・甲信越のみ2団体)
の合計6団体様に、プロジェクトまたはデジタルムービー^{※2}カメラまたは縁のカーテンセット(※2)をプレゼントいたします。

団体賞(10団体様)

団体上位賞を除く団体の中から抽選で5地域(※1)ごと
2団体ずつの合計10団体様に、タナー色彩株式会社
より「イベントカラーBOXセット」をプレゼントいたします。

※1 北海道・東北・関東・甲信越・中部・近畿・中国・四国・九州・沖縄の5地域

※2 地球温暖化対策にもつながる、ツル植物で作る自然のカーテンです。幅70cmのプランター10台に苗と網をセットでプレゼントします。

●応募要項

応募期間 2012年12月1日～2013年1月31日(必着)

応募資格 小学生以下の日本在住の方

応募方法

- (1) **ハツ切りサイズ(27cm×38cm・縦横自由)の画用紙**に自由に絵を描いてください。ぬり残しがあってもかまいません。(画材は色鉛筆、クレヨン、絵の具、マジック、サインペンなど自由です。デジタル作品やハツ切りサイズの画用紙以外は対象外となり、参加賞をお送りすることができませんのでご注意ください。)
- (2) 応募用紙に必要事項を記入し、作品の裏側にはがれないように貼付けてください。応募用紙は下記、またはウェブサイトにございます。応募用紙がない場合は応募作品の裏面に「個人応募」と明記の上 ①氏名(フリガナ) ②学年 ③年齢 ④性別 ⑤郵便番号 ⑥連絡先住所 ⑦電話番号 ⑧絵のタイトル ⑨その絵を描いた理由(100字以内自由) ⑩応募のきっかけ(新聞広告・ウェブサイト・タイヤショップなど)をご記入ください。*記入もれや間違いで賞品が送れないことがあります。ご確認いただきご応募ください。
- (3) 作品が折り曲がらないように台紙などで補強した封筒に入れ、ご応募ください。
- (4) 下記応募用紙は うえ
作品の裏面に貼って
ください。(コピー可) した 裏面(ハツ切り画用紙) うえ
(裏面(ハツ切り画用紙) した)

主催: 株式会社ブリヂストン/ブリヂストンサイクル株式会社/ブリヂストンスポーツ株式会社

後援: 読売KODOMO新聞 協賛: タナー色彩株式会社 協力: 公益財団法人 石橋財団/日産自動車株式会社/株式会社 教育同人社/株式会社 ブランタン銀座

「子どもの居場所づくり」キャンペーン
文部科学省

●審査員 ヒサクニヒコ(漫画家)、なかやみわ(絵本作家)、島田紀夫(ブリヂストン美術館館長)ほかを予定

●受賞発表 応募要項を満たす応募者全員の中から、公平かつ厳正な審査を行い、受賞作品を決定いたします。コンクールウェブサイトにて受賞発表すると共に、ご本人に直接ご通知致します。審査員特別賞・ブリヂストンサイクル賞・ブリヂストンスポーツ賞・ブリヂストン賞の101作品は、ブリヂストン本社(東京都京橋)、ブリヂストンTODAY(東京都小平市)に順次展示されます。

●応募先/問合わせ先

〒353-0001 埼玉県志木市上宗岡3-5-11

ブリヂストンこどもエコ絵画コンクール事務局 宛

お送りいただく封筒や箱などに「個人応募」と記載してください。

電話 048-485-2388 (受付時間: 10時～17時 *土日祝日および12月29日～1月4日を除く)

<http://www.bridgestone.co.jp/sc/ecokaiga/>

*ウェブサイトにて応募用紙が出来ます。

また過去の受賞作品もご覧ることができます。



●応募用紙

※応募作品はご返却できません。ご了承いただきご応募ください。

| | | | | | | | | | |
|--|----------------------|-----|----------------------|----|----------------------|--|----------------------|-------------|------|
| 氏名 | フリガナ | | フリガナ | | 絵のタイトル | | 受付番号 | (事務局が記入します) | 個人応募 |
| 姓(みょうじ) | | | | | | | | | |
| 学年 | ねん年 | ねん齢 | さい | 性別 | 男・女 | | | | |
| 連絡先住所 | <input type="text"/> | | <input type="text"/> | | <input type="text"/> | | ※参加賞は連絡先住所へお送りいたします。 | | |
| 電話 | <input type="text"/> | | <input type="text"/> | | <input type="text"/> | | | | |
| (必須)応募のきっかけ ※当てはまる項目に○をつけてください。 | | | | | | | | | |
| a. チラシ(タイヤショップ/イベント/スポーツクラブ/自転車ショップ/美術館/その他) b. 読売KODOMO新聞 c. ウェブサイト[ブリヂストン/その他()] d. ダイレクトメール e. タナー色彩からの案内 f. 雑誌記事[wutan/ゲンキのモト/その他()] g. 過去に応募したから h. その他() | | | | | | | | | |



ブリヂストンの「エコ・プロジェクト」では、子どもたちの環境意識の醸成や、多くの方々に
自然の大切さを再認識してもらうことを目指しています。「B・フォレスト エコピアの森」
では、日本の環境を保全する活動として間伐などの森林整備を行っています。

