

+ ホームドクターを探そう！ +

# デンキのモリ

[vol.35] 2014 SPRING

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！

敏感肌の人こそUVケアを！

教えて！ドクター／

## 子どもの花粉症 について

皮膚刺激テストって何？

[無料]

ご自由にお持ちください

グリーティングカード  
プレゼント！

中面にバディントンペア™のカード付き



今回のクチコミ  
医院特集は

## 子どもの 病気

17万部  
発行



# 講師がNo.1の教室で

# 英算国をはじめよう!

小学館アカデミーは、  
「先生がよい英語教室部門」  
**第1位**に選ばれました。

※子ども英語教室の顧客満足度調査  
「イード・アワード2013子ども英語教室」において

**ReseMom**  
リセマム  
イード・アワード

子ども英語教室

顧客満足度  
部門賞  
2013

小学館アカデミーでは、初めてのお子さまでも  
自信をもって学習に取り組めるように、  
講師は一人ひとりの学習状況をしっかり把握し、  
ほめて伸ばす指導を心掛けています。

**無料体験レッスン実施中!**

**NEW**  
カリキュラム  
導入!!  
**EgoLabs** イーコラボ

小学館の英語教室

イーコラボ

対象 1歳～小6

ストーリーで身につける「使える英語」  
新導入の「ストーリーベースカリキュラム」には、  
リズムに乗せて、身体を動かしながら自然に英  
語を発話させる仕組みがあります。

1～3歳  
Pre-Kids  
クラス

年少～年長  
Kids1  
クラス

小1～小3  
Kids2  
クラス

小4～小6  
Kids3  
クラス

小5・小6  
中学準備  
コース

**小学生 算数・国語コース** 対象 小1～小6

小学館アカデミーでは、  
お子さまに本当に必要な  
算数・国語の「学力の基  
礎」を育てます。

〈学ぶ〉 〈ふれる・伸ばす〉 〈使う〉  
**基礎力 + 応用力 = 活用力**

学力の基礎

- 計算が速く、正確にできる力
- 漢字を正しく読めて、書ける力
- 文章を読み解き、理解する力

コース  
60分クラス  
90分クラス

※60分、90分クラスでは授業の  
内容が異なります

**2014 春の入会キャンペーン!** 1/1～3/31

期間中にご入会の方には特典があります! 入会金 0円・選べるプレゼント

小学館アカデミーの資料請求・無料体験のお問い合わせ

フリーダイヤル



0120-415861

【受付時間】  
9:30～17:30  
(日曜・祝日は除く)

教室のこと、もっとくわしく知りたい!

小学館アカデミー | 検索



小学館アカデミーは、小学校英語活動を支援するJ-Shine(ジエニシャイン)の登録団体です。JASTEC(日本児童英語教育学会)、JES(小学校英語教育学会)に所属しています。

ゲンキのモト<sup>®</sup>

[vol.35] 2014 SPRING



- 表紙モデル  
あかぎれいくん(5才)  
たぶりきちゃん(5才)
- 中面モデル  
ディーン・マックスくん(P8)
- 編集・取材  
伊藤みかこ 佐藤野恵  
永野百合子 府中穂子
- デザイナー  
井上ともみ 片山裕子  
太田三保子 金子ゆき
- イラスト  
金子ゆき ながたかず(P8)
- スタイリスト  
岡部みな子(P8)
- 撮影  
吉岡真理 小坂唯史(表紙) 水口直史(P32)
- 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 2014  
Licensed by Copyrights Asia

季刊誌 ゲンキのモト 審号 VOL.35  
発行日 2014年3月1日  
発行部数 170,000部  
発行制作 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・販売を禁じます。



CONTENTS

# 子どもの病気 特集

2 敏感肌の人こそUVケアを!

4 乾燥性敏感肌を考えた UVカットシリーズ

6 教えて! ドクター

8 子どもの花粉症について  
ブルーエアできれいな空気!!

10 医院・クリニック特集

かるがもクリニック	10	さるえこどもクリニック	13
かみさぎキッズクリニック	11	さとう小児科クリニック	14
アルバカこどもクリニック	11	おのぼり小児科・アレルギー科クリニック	14
浅村こどもクリニック	12	小児科 竹田クリニック	15
わたなべこどもクリニック	12	なのはなクリニック	15
田村内科小児科医院	13		

16 ここでの発達ことばの発達 橋本クリニック

17 ゲンキのモト医院リスト

26 皮膚刺激テストって何?

30 この春知りたい!  
ゲンキのモトヘッドライン

スマホに子守りをさせないで!	30
MRワクチンを接種しよう!	31
春の肌トラブル! 保湿が鍵	32
ファミリーで行きたいお宿 泊まってよかった! セレクション	34
医院検索ができるようになりました!	36
ミカコ三十路紹介	37

38 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™グリーティングカード

41 赤ちゃんとキッズの  
UVケアのすすめ

「ゲンキのモト」応援企業一覧 (50音順)

ウイナーズ / 花王 / 協和発酵キリン / グラディー / クリエイト・エス・ディー / ぐるなび / コカラファイン /  
コピーライツアジア / サラヤ / 小学館集英社プロダクション / セールス・オンテマンド / ナクアホテル&  
リゾーツマネジメント / ナチュラルサイエンス / 富士屋ホテル / ベルソス / ホテルグリーンプラザ / 論創社



# 敏感肌の人こそUVケアを!

敏感肌はバリア機能が低下していたり、炎症を起こしやす



飯田橋皮膚科  
スキンクリニック 院長  
河野 志穂美 先生

この春こそ、UVカット剤選びを見直してみませんか?



UVカット剤で肌荒れしてしまう人は、肌への負担が大きい紫外線吸収剤の入っていないものがオススメ。「紫外線吸収剤無配合」という表示が目印です。

そのUVカット剤、お肌に合ってないかも!

- つけたとき、肌に違和感がある
- 日に当たると赤くなり、ほてりが出る
- かゆくなったり、肌荒れが悪化する
- つけたら、肌がいつもより乾燥する

## Q まだ春先なのにUVケアって必要?

日差しが優しくても油断禁物。  
UVケアは季節を問わず必要です!

紫外線は真夏だけでなく、季節を問わず降りそいでいます。油断をしていると、乾燥・赤み・ほてりといった肌トラブルを起こす原因にも。とくに敏感肌の方や赤ちゃん、子供の肌はバリア機能が弱く、ダメージをうけやすいので紫外線対策はとても大切です。小さなうちからUVケアをしっかりしてすこやかな肌を育ててほしいですね。

## UVケアはココが大事!

- 外出する時間帯を選ぶ  
紫外線量の多い10時～14時は、できれば外出を控えましょう。
- 洋服などで防ぐ  
帽子やサンダル、アームカバーなど小物も利用しましょう。
- UVカット剤を活用  
お出かけ前のUVケアを習慣に。持ち歩けるサイズも利用して。

デリケートな肌にも使えるUVローション(SPF50+・PA++++)  
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 なおこ皮膚科クリニック  
☎ 03-6805-7484

世田谷区 えんどう小児科クリニック  
☎ 03-6379-7127

世田谷区 ゆみこクリニック  
☎ 03-5314-3511

セイジョー  
成城一番店  
エリア

ビューティ  
セイジョー  
エリア

ヘルスケア  
セイジョー  
用賀店  
エリア

ドラッグセガミ  
経堂コルティ店  
エリア

くすり  
セイジョー  
烏山店  
エリア

世田谷区 つるまき皮膚科  
☎ 03-5426-4112

渋谷区 かずえキッズクリニック  
☎ 03-3376-1662

新宿区 プラザ30階クリニック  
☎ 03-5323-4330

杉並区 荻窪こどもクリニック  
☎ 03-3391-6651

杉並区 アトラスレディースクリニック  
☎ 03-5327-6710

くすり  
セイジョー  
弦巻店  
エリア

ヘルスケア  
セイジョー  
中野南台店  
エリア

セイジョー  
西新宿7丁目店  
エリア

ドラッグセガミ  
荻窪西店  
エリア

ドラッグセガミ  
高円寺店  
エリア

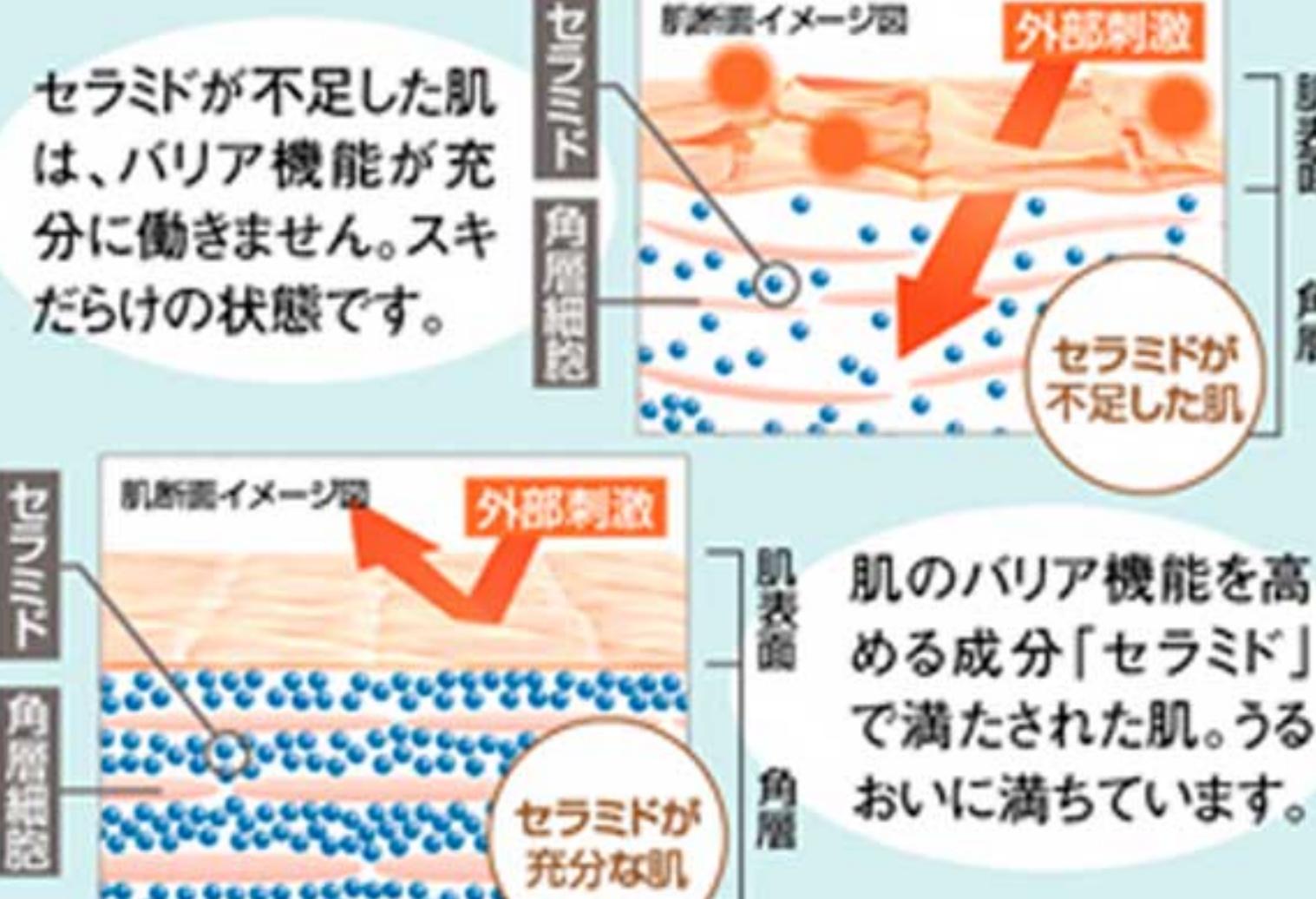
い状態にある肌のこと。そこで敏感肌のUVケアについてドクターに伺いました!

## Q 敏感肌こそUVケアが必要なのはなぜ?

乾燥・赤み・ほてりなど紫外線による肌ダメージを受けやすい状態…

バリア機能の弱い敏感肌は紫外線や外部からの刺激を受けやすいので、UVカット剤も厳選する必要があります。これまでに赤み・ほてり・乾燥といったトラブルをおこしたという方もいるのでは? そこで敏感肌の方におすすめのUVカット剤は、肌への負担が大きい紫外線吸収剤を含まず、日焼けによりさらに増す肌の乾燥も同時にケアできるものがおすすめです。

外部からの刺激を受けやすいので  
しっかりとセラミドケアをしましょう



### 敏感肌のUVカット剤選びの4つのポイント

1 無香料・無着色  
肌への負担を抑える

2 セラミド配合  
日焼けによる肌の乾燥を防ぐ

3 紫外線吸収剤無配合  
無配合にすることで肌への負担を軽くする

4 アルコールフリー  
アルコールによる肌の乾燥を防ぐ

\*紫外線を熱エネルギーに変換するときに、肌への負担が大きいとされているもの。



### 乾燥・赤み・ほてり

などをケアしてくれる  
敏感肌に合ったUVカット剤を選びましょう!

家の中にも紫外線  
は降り注ぎます。  
朝からしっかりと  
ケアしましょう。



杉並区 宮林医院  
☎ 03-3391-8850

中野区 皮膚科こかじクリニック  
☎ 03-3383-5033

千代田区 飯田橋皮膚科スキンクリニック  
☎ 03-3234-0140

板橋区 みえこ女性クリニック  
☎ 03-5943-1123

豊島区 優レディースクリニック  
☎ 03-3984-2278

豊島区 みやけ医院  
☎ 03-6903-7211

港区 虎ノ門ウィメンズクリニック  
☎ 03-3502-1211

調布市 川端皮膚科クリニック  
☎ 03-3308-2286

立川市 立川通クリニック  
☎ 042-524-7929

町田市 みむろウィメンズクリニック  
☎ 042-710-3609

セガミ薬局  
荻窪北店  
エリア

ヘルスケア  
セイジョー  
中野南台店  
エリア

ヘルスケア  
セイジョー  
飯田橋店  
エリア

くすり  
セイジョー  
仲宿店  
エリア

ヘルスケア  
セイジョー  
西池袋店  
エリア

セイジョー  
駒込店エリア

ココカラファイン  
虎ノ門店エリア

ココカラファイン  
薬局  
仙川店エリア

セイジョー  
立川南口店  
エリア

ココカラファイン  
町田店エリア

# 乾燥性 敏感肌を考えた UVカットミシリーズ

UVカット剤は使い心地が良くて、肌の健康を守ってくれるものを見たいもの。  
『潤浸保湿セラミド機能成分<sup>※1</sup>』配合のキュレルはデリケートな肌にもお使いいただけます。

紫外線をカットするだけでなく、乾燥・赤み・ほてりなどの紫外線による肌ダメージまで防ぐ！



**キュレルレーシリーズの3つのポイント!!**

キュレルのUVカットシリーズは  
全品、紫外線吸収剤  
無配合です

- # 1 敏感肌を考えた低刺激性

## 2 紫外線による 肌ダメージまで防ぐ

### UVローション UVミルク UVクリーム

- 外線による乾燥、赤み・ほてりを防ぐ  
日やけ後のほてりを防ぐ ●皮膚を保護する  
外線による肌ダメージ防止成分(植物由来の消炎剤  
(効成分 グリチルレチン酸ステアリル)配合。

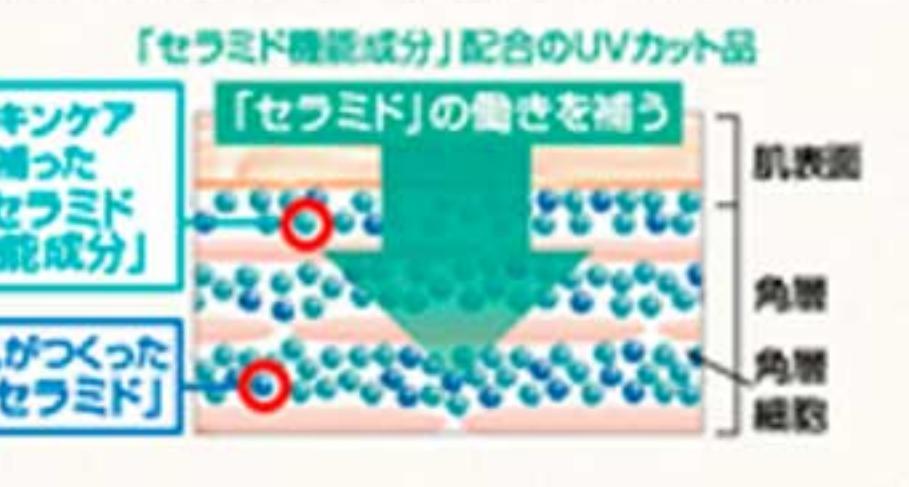
### 美白UVミルク

- 外線による乾燥、シミ・ソバカスを防ぐ  
メラニンの生成を抑え、シミ・ソバカスを防ぐ  
皮膚を保護する

すべての方にアレルギーや皮膚刺激が起こらない、コメド(びのもと)ができるないというわけではありません。

### 3 「潤浸保湿セラミド機能成分\*」配合

肌の必須成分「セラミド」の働きを効果的に補い、肌のバリア機能を助けて潤いを与えて。紫外線などの外部刺激で肌荒れしにくく、潤い肌に保ちます。

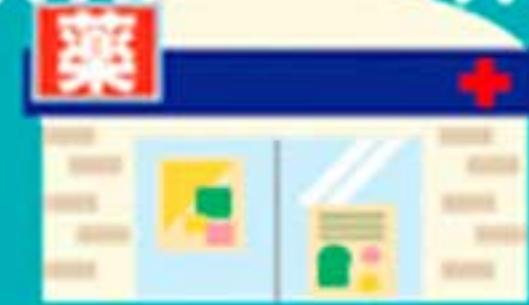


The image shows a product advertisement for Curél UV Milk. On the left, there's a large yellow sun icon with 'SPF 30 PA++' written on it. Next to it is a white tube of Curél UV Milk with a blue cap. The tube has 'Curél' and 'UVミルク' printed on it, along with 'SPF30 PA++'. To the right of the product, there's a speech bubble with orange arrows pointing towards the text. The text inside the bubble reads: 'そんなあなたには...' (For you who...), followed by two yellow circles with checkmarks, each next to a statement: '顔専用のUVカット剤がいい!' (A facial專用 UV cut agent is good!) and '化粧下地としても使いたい!' (I want to use it as a makeup base). Below the speech bubble, there's descriptive text about the product being a non-greasy, non-sticky liquid type that stays smooth even after a long time.

The image shows the packaging of Curél Whitening UV Milk SPF30 PA++ on the left, featuring a sun icon with 'SPF 30' and 'PA++'. To the right is the product name 'キュレル 美白UVミルク' with '30ml' and two colored boxes labeled '医薬部外品' (Medicinal External Product) and '薬用' (Medicinal). Below the product name is a descriptive text about its whitening properties. A small illustration of a brown dog wearing a blue collar is on the far right.

# キュレルコーナー

**がある店舗は  
こちらです!!**



ヘルスケアセイジョー  
茶沢通り店



セガミ薬局  
荻窪北店



ココカラファイン  
神楽坂上店



ココカラファイン  
吉祥寺サンロード店



子どもの

# ご存知ですか？年々増えてきている子どもの花粉症！

## 花粉症について

子どもは自分で症状をうまく伝えることができないので、もしかして？  
と思ったらいち早く対処をしてあげましょう。

教えて！ドクター



日本医科大学付属病院耳鼻咽喉科  
教授 大久保 公裕先生

### A大人はサラサラ、子どもは少し粘っこい鼻水

花粉症による鼻水は、大人の場合はサラサラした水のようなものが出ますが、子どもの場合は少し粘っこい鼻水も出ます。これも鼻づまりが主な症状となっていることに原因があるのではないかといわれています。風邪と見間違えてしまうかもしれません、季節中に鼻水が出ていたら花粉症も疑いましょう。

### A鼻をピクピク、口をモグモグも花粉症の合図

鼻がかゆくてムズムズするので、こすったり、かいたり、鼻をピクピク、口をモグモグして鼻や口のまわりをしかめたりします。また、鼻をいじり過ぎて、鼻血を出すこともあります。このあたりも発見しやすいポイントかもしれません。

### 先生からママ、パパたちへ

子どもが熱はないのに“くしゃみ”や“鼻水”が止まらない場合、口呼吸がある場合は「スギ花粉症」かもしれません。  
子どもに異変を感じたら、医療機関でしっかり診断してもらうことが重要です。

Q

### 大人と子どもの花粉症の違いは？

### A「くしゃみ」より「鼻づまり」が主な症状

花粉症の主な症状といえば、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、目のかゆみですが、子どもの場合はちょっと異なります。子どもの場合はくしゃみがあまり出ずに、鼻づまりが多い傾向にあります。これは、鼻が小さいからつまりやすく、つまると花粉が入ってこないことからくしゃみも出ないということが原因になっています。

### A目の症状も高い率で発現



子どもの場合、目の症状も発症するケースが多く、頻繁に目のあたりをこすったりします。その他にも、目の充血や目のまわりのむくみなどもよくみられます。

### 子どもの花粉症はどう治療するの？

花粉症の治療は、基本的に大人も子どもも同じです。症状に応じて、抗ヒスタミン薬という飲み薬や、鼻噴霧用ステロイド薬などで治療します。今まで成人にしか使用できなかった第2世代の抗ヒスタミン薬や抗ロイコトリエン薬も子どもに使用できるものが増えており、以前と比べて薬の選択の幅が広がりました。

## 今からはじめよう花粉症対策！



子どもが花粉症になる前に！

花粉症になんでもこれ以上、悪化しないために！

### 外出時の花粉症対策

#### ●花粉飛散情報をチェックする

テレビやインターネットで気象情報や花粉飛散情報を入手しましょう。



#### ●外出を控えめに

花粉の飛散の多い日は特に注意が必要。1日のうち飛散の多い時間帯（午後1時～3時頃（注：地域によって差があります））の外出もなるべく控えましょう。

#### ●外出時は完全防備

帽子・メガネ・マスクを身につけて。上着もツルツルした素材を選びましょう。



#### ●帰宅時は玄関でシャットアウト

衣服・ベットなどについた花粉は、きちんと外ではらつて玄関でシャットアウト。

#### ●帰宅後は洗顔やうがいを習慣に

体についた花粉はきちんと洗い流しましょう。

### 家の中の花粉症対策

#### ●ドア・窓を閉める

花粉の飛散が多いときは、きちんとドアや窓を閉めて、花粉の侵入を防ぐことが大切です。

#### ●掃除はこまめに

防いでいるつもりでも、室内にはかなり花粉が侵入しているので掃除をこまめに行いましょう。床がフローリングであれば毎日拭き掃除を行うと効果的です。

### 就寝時の花粉症対策

#### ●布団を外に干さない

外に布団を干してしまうと花粉がついてしまうので、布団乾燥機などを活用しましょう。

#### ●枕元の花粉を拭き取る

床の上はもちろん、ベッドにも花粉はたまっています。寝ているときに花粉を吸い込まないように、枕まわりの約1mぐらいを水で少し湿らせたティッシュやタオルで拭き取りましょう。

#### ●お風呂・シャワーで花粉を流す

花粉の時期は寝る前に花粉をしっかり洗い流してから布団に入るようしましょう。

#### ●空気清浄機や加湿器を活用

空気清浄機や加湿器を使いながら寝るのもぐっすり睡眠をとるためのポイント。また、風邪の予防にも役立ちます。



最後に就寝中の空気環境は、免疫力UPにもつながるので、とても大切です。家の空気環境にも気を配ってみてください！

### 花粉ケアグッズのお役立ち情報

京電アドバイザーに聞く



### 空気清浄機を選ぶ時はココをチェック

家電製品総合アドバイザー

塙谷 英右さん

- ▼清浄スピード…キレイな空気をすばやく供給できる？
- ▼除去率…細かいものまで除去できる？
- ▼お手入れのしやすさ…定期的なお手入れは簡単？
- ▼静音性…運転音は気にならない？
- ▼省エネ性…気になる電気代は？環境にやさしい？
- ▼安全性…赤ちゃんによる誤作動を防ぐ工夫はされてる？

#### 花粉飛散の要注意日

1. 天気が晴れまたは暑い
2. 最高気温が高い
3. 湿度が低い
4. やや強い南風が吹き、その後北風に変化したとき
5. 前日が雨

（引用）花粉症ナビ <http://www.kyowa-kirin.co.jp/kahun/>

# ママが選ぶ 世界基準<sup>\*1</sup> No.1<sup>\*2</sup> の空気清浄機!

## ブルーエアで きれいな空気!!

春の花粉もPM2.5も家中すっきりスピード除去!!



### ブルーエアがママに選ばれる3つの理由

1 ハイスピード清浄で  
すぐにキレイ

一般的な空気清浄機の  
2.5倍速!

お部屋に花粉が舞い広がる前に、  
素早く取り去ることができる!

2 細かい除去サイズ!  
高い除去率!

花粉・PM2.5<sup>\*3</sup>・ウイルス・  
細菌・ホコリに対応!

0.1μm以上の微粒子までも  
99.97%除去!<sup>\*4</sup>

3 交換フィルターで  
お手入れラクラク

手間をかけずに衛生面と  
高性能を維持できる!

忙しいママには、お手入れのラクな  
家電がポイント高し!

### 「清浄スピード」で赤ちゃんを守る

閉め切ったお部屋でも、汚れた空気は絶えず流入しています。

扉から 窓から 換気口から

だから、空気清浄機には赤ちゃんが吸い込む前に汚れた空気を  
クリーンにできる清浄スピードが重要です。

お部屋(3畳)を清浄するのに要する時間(ブルーエア650E使用の場合)



※ブルーエアが採用している米国電気製品協会規格「清浄フロア面積」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。

### ブルーエアのココスゴ

清浄  
スピード

汚れの  
除去力

美味しい  
空気  
食べたいな♪

子どもが吸い込む前に、花粉やPM2.5<sup>\*3</sup>を除去

粒子イオン化技術と目の細かさが異なった3層のフィルターから  
なる、独自の特許技術「HEPA Silent<sup>®</sup>テクノロジー」<sup>\*5</sup>  
で、細かい粒子も素早く除去します!

■室内空気環境の主な粒子状物質 例:髪の毛=約70μm



世界基準 CADR 値で No.1 を獲得!

「タバコ煙」「粉塵」「花粉」の3つに関して部屋の空気をどれだけ効率よく清浄できるかを数値化したもので、アメリカ・ヨーロッパ・アジアの各国で空気清浄機を選ぶ際に最も重要視される世界的な基準です。CADR値が高い空気清浄機ほど部屋の空気をより速くキレイにする能力があります。



子どもの睡眠って  
とても大切!  
コンパクトで寝室に  
はピッタリ♪

原田 美穂ママ  
ゆうごくん(2才)

音が静かでピックリしました!

寝室特有のこもったニオイがスッと消えて、パワフルだと実感します。それなのに音が全く気にならないところがスゴイんですよ! 爽やかな空気と静かな空間で、毎日快適に眠れます♪



よい眠りには質の良い空気を☆

寝室  
こもった空気も  
すばやく  
キレイになる

ワザあり

世界基準<sup>\*1</sup>の実力! 浮遊する微粒子も素早くキャッチ!

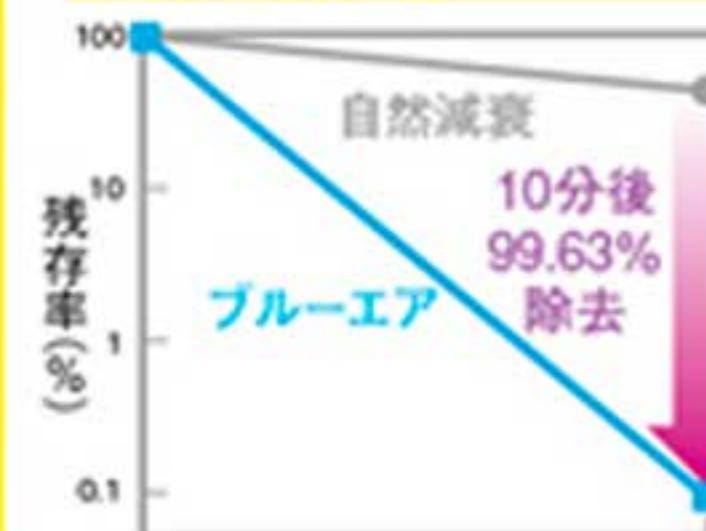


☆ PM2.5について詳しくはこちら☆  
<http://www.blueair.jp/special/pm25/>

#### ■ウイルスの除去性能結果

実際の生活環境に近い25m<sup>3</sup>(6畳相当の部屋)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。

ブルーエアの「汚れ除去率」と「清浄時間」の実証データ

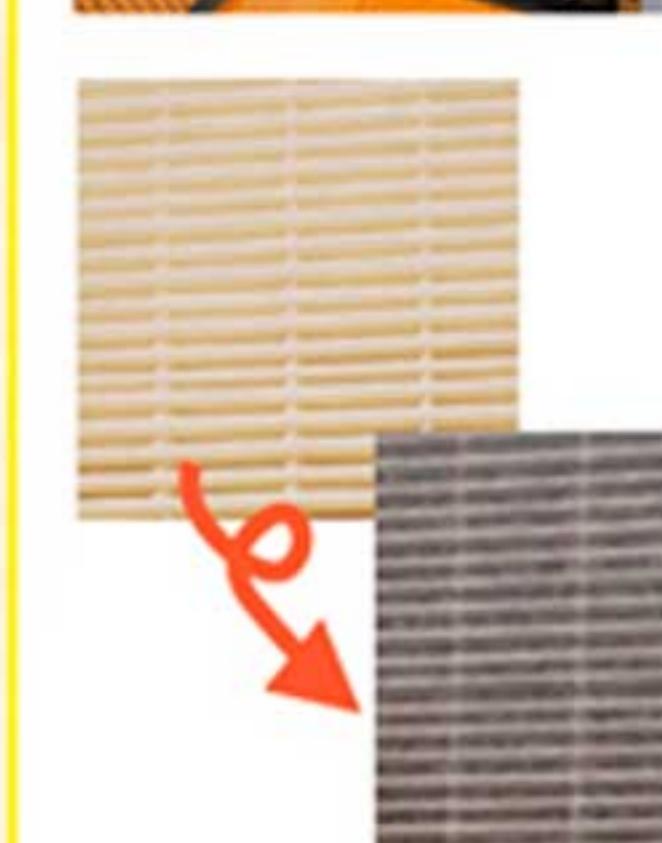


ワザあり

交換式フィルターで  
らくちんお手入れ!



衛生面や機能を維持するためにも、お手入れが重要。ただフィルター掃除は面倒臭いし、つい忘れがち!その点、交換式なら取り替えるだけで簡単に性能維持が可能! 交換も1分足らずできちゃうから手間もかからずラクラクです!



半年間でフィルターがこんなに  
真っ黒! 空気って汚れてるんだ!

ワザあり

安心の  
省エネ設計!



ブルーエア650E「スピード」で24時間稼働した場合、炊飯器...マイン炊飯器(5.5合)を1時間あたり651W。保満時間あたり31Wで、0.5時間あたり23.5Wが開保温した場合。  
●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。

ママの安心♡ポイント  
●充実の国内サポート  
●3年保証  
●ユーザーの94%が「満足」

ママの安心♡ポイント





西武池袋線  
石神井公園駅より徒歩2分



## 石神井公園

浅村こどもクリニック

小児科 ..... 03-5372-6686

■診療時間  
月火水木金 土日祝  
8:45~12:00 ○○○○○○○~  
14:50~18:00 ○○○○○○○~

●〒177-0041  
東京都練馬区石神井町2-8-21  
星ビル2F  
●クリニック隣りに共有駐車場あり  
(1h無料)  
●http://asamura.com

予約について 予約優先。電話、WEBから当日の順番取り予約ができます。初診の方はお電話からご予約ください。



## コンセプトは「子どもが来やすい小児科クリニック」!!

**石** 神井公園駅近くの浅村こどもクリニックさんにお邪魔しました。前々から評判を聞いていた人気のクリニックさんで、今回念願叶っての取材となりました☆院長の浅村先

生は穏やかで、終始笑顔の絶えない優しい先生!クリニックのコンセプトは「子ども達がためらいなく来てくれる場所」だそうです。たしかに、待合室だけでなく診察室にも子ども達の好きなキャラクターがそこそこに置いてあり、怖がらずに受診できる気配りがされています。評判通りのお人柄の先生と医院さんに、納得の取材となりました!



### 先生の得意分野 感染症

### 診療について心がけていること

患者さんのお話を出来るだけ素直に最後までちゃんと聞くようにしています。

みかこの  
取材日記



### Doctor's Profile

浅村 信二先生 (64歳)

慶應義塾大学医学部卒業、慶應義塾大学病院小児科学教室入局、都立清瀬小児病院感染症科元医長、日本小児科学会認定小児科専門医

出身地 ● 東京都大田区 血液型 ● O型  
趣味 ● テニス、ゴルフ、美味しいものを食べる  
ゲンキのモチ ● 趣味を楽しむ

### 主な紹介病院

●順天堂大学医学部附属練馬病院 ●国立成育医療研究センター ●東京都立小児総合医療センター

### 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、溶連菌、RSウイルス、アデノウイルス)※授乳はスタッフさんにお声掛けください。

### 乳児健診(予約制) / 予防接種(予約制)

月火水金 13:50~14:30 (一般診療時間中も対応可能)

お話しやすい先生です!

月火水金 13:50~14:30 (一般診療時間中も対応可能)

★

お宿のページを担当しているのに、最近ほとんど旅行ナシ(泣)この春はお出かけするぞく

## 中村橋

西武池袋線中村橋駅より徒歩5分



## わたなべこどもクリニック

小児科 ..... 03-3990-9998

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

●〒176-0023  
東京都練馬区中村北4-5-2  
●駐車場あり2台  
●http://www.e-watanabeclinic.com

予約について 完全予約制。当日電話予約、または窓口の希望時間別ケースに診察券を入れて下さい。



## いつでも予防接種と健診に対応! 患者さん想いの先生です☆

**子** どもと接していると元気をもられて楽しいから」と小児科の道を選ばれたという渡辺先生。こちらでは、あえて予防接種と乳児健診の時間枠を取っていないそうです。その理由をお聞きすると…「働くお母さんは、子どもが元気なときにはいつも対応してもらえる方が来やすいでしょう? 診療時間中だったら予防接種を打ちながら、ちょっとした湿疹の軟膏も処方できたりするし。わざわざまた来てもらうのは大変だろうからね」とのこと! 予防接種も流行の具合をみて、臨機応変にその場で対応してもらいますよ☆



### 先生の得意分野 小児消化器

診療について心がけていること  
どんなときも、患者さんに対して誠実で適切な診療を心がけています。

やえの  
取材日記



### Doctor's Profile

わたなべ かずや  
渡辺 克也先生 (59歳)

筑波大学医学専門群卒業、東京大学医学部附属病院分院小児科入局、武藏野赤十字病院勤務、東京都立八王子小児病院勤務、日本小児科学会認定小児科専門医

出身地 ● 東京都目黒区  
血液型 ● B型  
趣味 ● 旅行、映画鑑賞、テニス  
ゲンキのモチ ● 美味しいものを食べること

### 主な紹介病院

●順天堂大学医学部附属練馬病院 ●練馬光が丘病院 ●日本大学医学部附属板橋病院 ●東京大学医学部附属病院 ●国立成育医療研究センターなど

### 設備・検査・対応

●レントゲン ●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)

■乳児健診 / 予防接種(予約制)  
特に時間帯を設けず、当日の予約で毎日実施しています。

気後れせずに、なんでも相談できる先生です☆

100円 ショップ

## ふんわり優しい笑顔の先生が温かく迎えてくれます☆

**田** ちらの医院さんは入って1階が内科、2階が小児科となっています。田村幸子先生が小児科を目指されたのは、子どもは具合が悪いとき、元気なときがはっきりと分かるところがとても興味深かったです。また、赤ちゃんのときから診てきた子たちが、徐々に成長していく過程にもとても感慨深い気持ちになることも…。そんな先生の診療は、子どもへの声かけはもちろん、分かりやすい説明と、お家でも確認できるようにプリントをくれるなど、ママ目線の配慮がたくさん! 嬉しいですね☆

あやの  
取材日記



### 先生の得意分野 アレルギー疾患

診療について心がけていること  
質の高い医療を優しく、正確に行うこと。

先生自身も2人のお子さんを持つママ先生!

月火水金 14:30~15:30 (季節により変動あり)



### Doctor's Profile

たむら 幸子先生

群馬大学医学部卒業、東京大学分院小児科学教室勤務、都立小児総合病院小児科勤務、国立感染症研究所免疫部勤務、医学博士、日本小児科学会認定小児科専門医

出身地 ● 東京都渋谷区 血液型 ● O型  
趣味 ● 読書、ゴルフ  
ゲンキのモチ ● 子どもたちの笑顔

### 主な紹介病院

●日本大学医学部附属板橋病院 ●順天堂大学医学部附属練馬病院 ●練馬光が丘病院

### 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、溶連菌、RSウイルス、アデノウイルス、ロタウイルス、マイコプラズマ)

■乳児健診 / 予防接種(完全予約制)  
月火水金土 14:30~15:30 (季節により変動あり)

## 田村内科 小児科医院

内科、小児科、アレルギー科  
03-3934-7748

■診療時間  
月火水木金 土日祝  
9:00~12:00 ○○○○○○○~  
16:00~18:00 ○○○○○○○~

★内科にて診療  
●〒179-0085  
東京都練馬区早宮2-22-15  
●駐車場あり5台  
●http://homepage3.nifty.com/tamuraclinic/

予約について 当日朝より順番予約のみ受付。Web、電話ともに可。  
予約専用ダイヤル: 050-5533-6550



## 住吉

東京メトロ半蔵門線 都営新宿線 住吉駅より徒歩7分



東京メトロ半蔵門線  
都営新宿線 住吉駅より徒歩7分



### Doctor's Profile

わたなべ ひろえ  
渡邊 弘恵先生 (45歳)

主な歴史: 東邦大学医学部卒業、東邦大学医学部小児科学教室入局、東京都立墨東病院周産期センター・新生児科、同愛記念病院小児科  
主な専門: 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科専門医

出身地 ● 東京都江東区 血液型 ● B型  
ゲンキのモチ ● 患者さんから元気をもらっています!

### 主な紹介病院

●東京都立墨東病院 ●同愛記念病院 ● 育生会病院 ● 順天堂大学医学部附属順天堂医院 ● 聖路加国際病院

### 設備・検査・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)

■乳児健診 / 予防接種(予約制)  
火 11:00~12:00、水・金 14:00~15:30

## さるえこどもクリニック

小児科、アレルギー科  
03-6659-3040

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

火 11:00~12:00、水・金 14:00~15:30  
は予防接種、乳児健診のみ(一般診療はご遠慮ください)  
●〒135-0003  
東京都江東区猿江 1-18-18  
●近隣にサイゼリヤのコンバーミングあり  
●http://www.sarue-kodomo.com

予約について 予約優先。WEBまたはお電話にて予約できます。  
直接来院ももちろん可能です!





## 日吉

東急東横線 日吉駅から  
東急バス「宮前中町」  
下車徒歩1分

さとう小児科  
クリニック

小児科、アレルギー科  
045-564-3717

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

〒223-0061  
神奈川県横浜市港北区日吉6-1-20  
●駐車場9台  
●http://sato-kodomo.com/index.htm

予約について 予約優先。携帯、  
PCからネット予約できます。初診は  
お電話にて予約可能。

診療が丁寧とママ達から評判!  
設備も充実しています☆

**駐** 車場、エレベーター、授乳室  
に隔離室、多目的ルームまで  
完備されているクリニックさん。その  
充実ぶりは、通っている方がちょっと  
羨ましくなってしまう程(笑)穏やかで

優しい雰囲気の佐藤先生は、些細な質問にも丁寧に答  
えてくれて、ママ達からの評判も抜群です!そんな先生が  
お話してくれたのはワクチンのこと。「ロタ、ヒブ、小児肺  
炎球菌の予防接種が始まってから、重症化する子や流  
行自体が明らかに少なくなった」との医療現場の生の声  
に、「やっぱり予防接種って大事!」と改めて実感した取  
材となりました!



## 先生の得意分野 新生児

診療について心がけていること  
プライマリケアを大切に分かりやす  
い説明を心がけています。



## Doctor's Profile

## 佐藤 雅彦 先生(52歳)

北里大学医学部卒業、北里大学医学部小児科元診療講  
師、横浜労災病院元小児科副部長、日本小児科学会認定  
小児科専門医

出身地 ●神奈川県横浜市 血液型 ●O型

趣味 ●英会話  
ゲンキのモト ●自然の中をジョギングすること

## 主な紹介病院

●横浜労災病院 ●済生会横浜市東部病院

## 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、溶レン菌、RSウイルス、アデノ  
ウイルス、ロタノウイルス)

■乳児健診・予防接種(予約制)  
月火水金 14:00~15:00  
■栄養相談(予約制) 月木金 14:00~15:00

やえの  
取材日記ゆりの  
取材日記とてもお話しやすい先生。  
温かい雰囲気になごみます!

## 地 元・岩槻出身の竹田先生。

子供のころから医師になるなら  
小児科と決めていたそうです。院内  
は子供たちが楽しく来院できるように  
と手作りの飾りや、凝ったインテリア  
のキッズコーナーなど思いやりが随所にあふれていました!  
先生は感染症を得意とされており「重篤化しやすい感染  
症にはふつうの風邪やぜんそくと間違えやすいものもある  
ので、おかしいなと思ったらぜひ診察に来ていただきたい  
ですね」とのこと。クリニックは隔離室のための入口も完  
備されているので、安心ですね!



## 先生の得意分野 感染症

## 診療について心がけていること

丁寧に説明すること。患者さんには早く治っていただきたいの  
で、これはと思った病気は、その専門医への紹介を行います。



## Doctor's Profile

## 竹田 秀吾 先生(56歳)

慶應義塾大学医学部卒業、慶應義塾大学病院勤務、  
佐野厚生総合病院勤務、ボストン小児病院勤務、埼玉  
社会保険病院勤務、日本小児科学会認定小児科専門  
医、日本感染症学会専門医、指導医

出身地 ●さいたま市岩槻区 血液型 ●O型

趣味 ●音楽鑑賞  
ゲンキのモト ●犬や猫と遊ぶ

主な紹介病院 ●埼玉県立小児医療センター ●さい  
たま市立病院 ●埼玉社会保険病院 ●慶應義塾大学  
病院 ●自治医科大学附属さいたま医療センター

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、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)

■乳児健診(予約制) 水 14:00~15:00  
■予防接種(予約制) 木 14:00~16:00、金 14:00~15:00

小児科  
竹田クリニック

小児科  
048-749-7007

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

★火曜午後 16:00~18:00  
●〒 339-0067  
埼玉県さいたま市岩槻区西町 4-1-6  
●駐車場あり10台  
●http://shonika-takeda.com  
(HPは4月開設予定)

予約について 予約優先。  
予約専用電話:048-749-7009。  
インターネットでの予約も可能。  
初診は予約なしでも可。



## 岩槻

## 伊勢原

交通 小田急小田原線 伊勢原駅より徒歩12分

おのぼり小児科・  
アレルギー科  
クリニック

小児科、アレルギー科  
0463-92-8080

■診療時間  
月火水木金 土日祝  
8:45~11:45 ○○○○○○○  
15:00~17:00 ○☆○○○○

★ 火午後アレルギー専門外来のみ  
受付は診療時間終了15分前まで  
●〒259-1144  
神奈川県伊勢原市池端182-1  
●駐車場あり30台  
●http://onobori-clinic.com

予約について 完全予約制。予  
約専用電話(0463-97-2890)また  
は、ネット(http://onobori-clinic.  
com/yk/)より予約可能。

アレルギーがご専門の  
おおらかで優しい先生です!

**子** ども達にはのびのびと育って  
欲しいと、おおらかな診療ス  
タンスを心がけている尾登先生。そ  
んな先生のお人柄は、ママ達にとっ  
てもホッとした癒しになっています。  
長年小児科医一筋の先生でしたが、奥様が出産された  
時、改めて「母親ってこんなことにも悩んでいるのか」と  
ママ達の子育ての不安を実感したそうです。そんな不  
安も取り除けるようにと、丁寧で分かりやすい説明を大  
切にしてくれる先生です! 5月末には待望の新クリニック  
がオープン! 今後がますます楽しみな医院さんです☆

先生の得意分野 アレルギー疾患  
診療について心がけていること

子どもと同じ目線に立った診療を心がけています。お子さんを  
診ながらお母さんの不安を取り除けるように努めています。

みかこの  
取材日記

## Doctor's Profile

## 尾登 誠 先生(55歳)

昭和大学医学部卒業、昭和大学病院小児科入局、東京  
都立荏原病院小児科勤務、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科専門医

出身地 ●神奈川県足柄上郡松田町

血液型 ●O型 趣味 ●ゴルフ、ドライブ  
ゲンキのモト ●子どもの病気が良くなること

主な紹介病院  
●伊勢原協同病院 ●東海大学医学部付属病院

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、溶レン菌、RSウイルス、アデノ  
ウイルス) ●プリックテスト ●肺機能検査

■乳児健診(予約制) 月火水金 13:45~15:00  
■予防接種(予約制) 月火水金 13:45~15:00

離島診療も経験してきた、  
地域のお医者さん!

## 取 材の日「こんにちはー!」とお

邪魔したら、お庭から「はーい」と登場された牧瀬先生(笑)。休診時  
間にお庭の様子をご覧になっていた  
ようでした。先生は植物が好きで、  
以前は研究をしていたことも。そのときに調査で訪れた  
国で医療の重要性に触れ、そこから医者を目指されたとか。医師になってからは対馬や五島列島などで離島診  
療もされてきました。この成田に開院したのも、千葉県の東側には小児科が少ない、という問題があることを知り  
「地域の医者になろう」と思われたからだそうです。

## 先生の得意分野 プライマリ・ケア、感染症、糖尿病

## 診療について心がけていること

子どもにとって最良の医療を選択すること。



広大な敷地には病児保育も!



## Doctor's Profile

## 牧瀬 敏裕 先生(60歳)

佐賀医科大学(現:佐賀大学)卒業、国立病院機構長崎  
医療センター、離島診療(対馬、五島列島など)を経て現  
クリニック開院。

出身地 ●東京都

血液型 ●AB型  
趣味 ●登山  
ゲンキのモト ●植物を育てるこ

なのはな  
クリニック

小児科・内科・皮膚科・アレルギー科  
0476-49-0533

■診療時間  
月火水木金 土日祝  
9:00~12:30 ○○○○○○○  
16:00~20:00 ○○○○○○

●〒 287-0225  
千葉県成田市吉岡 1342-7  
●駐車場あり 50台  
●http://www.citydo.com/prf/chiba/guide/sg/267000474.html

予約について 直接来院。



## 成田

交通 空港第2ビル駅より車で約15分

離島診療も経験してきた、  
地域のお医者さん!

## 取 材の日「こんにちはー!」とお

邪魔したら、お庭から「はーい」と登場された牧瀬先生(笑)。休診時  
間にお庭の様子をご覧になっていた  
ようでした。先生は植物が好きで、  
以前は研究をしていたことも。そのときに調査で訪れた  
国で医療の重要性に触れ、そこから医者を目指されたとか。医師になってからは対馬や五島列島などで離島診  
療もされてきました。この成田に開院したのも、千葉県の東側には小児科が少ない、という問題があることを知り  
「地域の医者になろう」と思われたからだそうです。

## 先生の得意分野 プライマリ・ケア、感染症、糖尿病

## 診療について心がけていること

子どもにとって最良の医療を選択すること。



広大な敷地には病児保育も!



## Doctor's Profile

## 牧瀬 敏裕 先生(60歳)

佐賀医科大学(現:佐賀大学)卒業、国立病院機構長崎  
医療センター、離島診療(対馬、五島列島など)を経て現  
クリニック開院。

出身地 ●東京都

血液型 ●AB型  
趣味 ●登山  
ゲンキのモト ●植物を育てるこ



# こころの発達 ことばの発達

子どもの発達は個人差が大きいものです。まわりと同じことができなくても、そのうちにできるようになることがほとんどなので、過剰に心配することはできません。それでももし気がかりがあれば、身近な幼稚園・保育園の先生や、専門の保健センター、医療機関に相談してみるのも良いでしょう。



子どもの心の成長でひとつ  
の目標としたいのは、  
「中学生になったときに、  
自己肯定感が持てて社会  
と関わること」です。  
子ども達には、そのように  
成長を導いてあげましょう。



ウチの子、  
ちょっと…  
気がかりだわ

- 言葉が遅い
- すぐに手ができる
- じっと座っていられない
- こだわりが強い
- 集団行動が苦手
- 勉強についていけない

**児童精神科という  
診療科を知っていますか？**  
15歳までの子どもたちを対象に、  
発達障がいや小児うつ病など、  
心にかかる相談、診療を行う診療科です。

渋谷

JR山手線、東急東横線・田園都市線、  
東京メトロ銀座線 渋谷駅より徒歩5分



**橋本クリニック**  
児童精神科、精神科、心療内科  
03-5464-2155

■診療時間  
月火水木金土日祝  
9:30~12:00 —○○○—○★—  
13:00~19:30 —○○○—○—

★日曜:月2回10:00~14:00で初診のみ診療  
〒150-0002  
東京都渋谷区渋谷1-8-8  
新宿宮益ビル3F  
http://www.hashimoto-medical-office.jp

予約について 電話にて完全予約制。



**子どもの発達障がいの  
スペシャリストの先生です！**

「児童精神科」という診療科目があるのをご存知ですか？「言葉の遅れ」や「お友達とうまく付き合えない」など、子どもの発達の相談ができる診療科になります。院長の

橋本先生は、お話しやすく本当に信頼できる先生で、取材に伺った私と編集長はお会いして感激してしまう程！「発達障がいと診断がついたとしてもラベルを貼っておしまいではなく、その後どうするかが肝心。薬はまっすぐ成長するための添え木のようなもので、本人の頑張ろうという意欲が大切なんです」とお話してくださいました！



主な紹介病院 ● 東京大学医学部附属病院  
● 国立国際医療研究センター・府台病院  
● 東京都立小児総合医療センター

子どもだけでなく  
成人の発達障がいの相談も乗っ  
てくれます！

先生の得意分野 ものの認知発達

診療について心がけていること できるかぎり曖昧さをなくして、ハッキリと分かりやすく説明するよう心がけています。



紹介者▶仲村医院 仲村先生



やえの  
取材日記

● Doctor's Profile

はしもと あゆひこ 橋本 大彦先生 (52歳)

東京大学医学部卒業、東京大学医学部附属病院精神神経科元教務職員・助手、名古屋大学大学院医学系研究科児童精神医学分野元助教授、日本精神神経学会認定専門医

出身地 ● 大阪府 血液型 ● A型

休日の過ごし方 ● 資料整理、プログラミング

ゲンキのモト ● 新しい物事への情熱、患者さんがスッキリ良くなること

設備・検査・対応

- 発達・知能検査 (WAIS-III、WISC-III、田中ビネ知能検査V)
- 人格検査 (ロールシャッハテスト、P-Fスター)
- SDS
- ヘンダーゲシュタルトテストなど他
- ※MRI、脳波検査は近隣医療機関にて実施可能。

■ 学習支援 (予約制)

所内会議にて適応を検討します。発達障がいのために学習が困難な子どもを対象とした支援です。

■ カウンセリング (予約制)

臨床心理士によるカウンセリングを実施しています。

# 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

### 診療科

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/

誠ウインズクリニック  
10:00~13:00/15:00~19:00  
日・祝 10:00~13:00/15:00~19:00  
世田谷区成城1-1-2  
http://www.sel-j-mc.com/

成城マタニティ  
クリニック  
03-5727-5335  
世田谷区成城1-1-2  
http://www.sel-j-mc.com/

田中ウメンズクリニック  
03-3718-3181  
世田谷区奥沢5-25-1  
http://www.w-men-clinic.com/

成城セントラルクリニック  
8:30~11:30/13:30~17:00  
木の午後・日・祝休

成城セントラルクリニック  
9:00~12:00/13:30~17:00  
木の午前

成城セントラルクリニック  
8:30~11:30/13:30~17:00  
木の午後・日・祝休

成城セントラルクリニック  
9:00~12:00/13:30~17:00  
木の午前

成城セントラルクリニック  
9:00~12:00/13:30~17:00  
木の午後・日・祝休

成城セントラルクリニック  
9:00~12:00/13:30~17:00  
木の午後・



読者モニターの体験レポート  
なおこ皮膚科クリニックにて

今回協力いただいたゲンキドクター  
なおこ皮膚科クリニック  
**院長 服部 尚子 先生**  
東京大学医学部卒業、医学博士、日本皮膚科学会  
認定皮膚科専門医、日本医真菌学会認定専門医、  
日本レーザー医学会認定指導医

用賀  
なおこ皮膚科クリニック  
03-6805-7484  
●皮膚科、緩和ケア内科  
●東京都世田谷区用賀4-9-27 第3福ビル2F  
●東急田園都市線・用賀駅

# 皮膚刺激 テストって何?

スキンケア用品や洗剤のパッケージに「皮膚科医監修のもと皮膚刺激テスト済み」といった文章を目にしたことはありませんか?いったいどんなテストなの?そんな素朴な疑問にお答えすべく、皮膚科の先生と読者の皆さんとのご協力のもと、実際に皮膚刺激テストを行ってみました!



## みかこ編集長からのレポート☆

「子どもの肌に優しいものを選びたいけど、どれがいいか分からぬ」  
スキンケア製品を選ぶ際、読者の方からよくそんな声を耳にします。選ぶ基準のひとつとしては、「肌への刺激や影響をきちんと調べているかどうか」が大切だと思います。そんなわけで今回は、皮膚科専門医の服部先生指導のもと、読者の皆さん参加型の皮膚刺激テストを実施しました。皆さん、スキンケア製品の肌への安全性について考えるきっかけになってもらえれば嬉しいです☆

今回協力してくれたのはこちらの  
☆ママと子ども達☆

パッチテストをしているなんて知らなかった!今までなんとなくで選んでたな~。



加藤 恵さん  
焼くん(1才)  
小さな子どもの  
肌につけるもの  
だから、安全なのが一番よね!

松本 千絵さん  
瑞晴くん(5ヶ月)  
うちの子は肌が弱いから、刺激のないものを選んであげたいな!

森田 友絵さん  
蓮太郎くん(11ヶ月)  
彩音ちゃん(5才)  
辛いわゆる「香料」とは、合成香料のこと。

## クローズドパッチテスト

試験開始! ▶ 試験日: 2014年1/29~2/5 実施人数: 10名 実施場所: なおこ皮膚科クリニック

今回、試験を実施するにあつて、「ゲンキのモト」読者のママさん達と、その子ども達にご協力をいただきました!ベビー用保湿剤の皮膚刺激テストということで、テストをするのは0~5歳の10名の子ども達です。さあ、いよいよテスト開始です☆



### 準備

今回は、パッチテスター「トライ」というパッチテスト用の紺創膏と防水シール、ベビー用保湿剤「arau.baby+モイストローション」、ワセリンを用意しました。



### 貼付

紺創膏のパッドに  
それぞれ、ベビー用保湿剤とワセリン  
を塗ります。それを上腕内側または背  
中に貼り付け、その上を防水シールで  
覆います。



### 48時間後

赤みやカブレはありません! 時間が経っても特に変化なし! 遅延型アレルギーも大丈夫!



### 72時間後



### 一週間後

### 結果

赤ちゃんのお肌は  
炎症もなく  
キレイ!



### みんなで体験しました☆



生まれてすぐに使うものは、安心なものがいい♪  
これからはパッチテスト済みかチェックします!

赤ちゃん・お子さんに  
使うものは、  
やはり成分のことも  
見てあげて下さい

現在、スキンケア用品を含む化粧品では、  
全ての成分をパッケージに記載する決まり  
になっています。子どもの肌は大人と比  
べて薄くデリケートなため、ママが使って  
問題ないものでもカブレを起こすことがあ

ります。ですから、お子さんの肌に使うものについては、パッケージの成分表示を  
必ずチェックして、肌刺激の強い成分を  
避けることが大切です。

着色料

香料\*

フェノキシ  
エタノール

ハラベシ

刺激の強い  
成分は  
気をつけて



無添加せっけん  
アラウ.シリーズから

# 新発売

# araau.baby+ モイストローション

低刺激への  
こだわり

デリケートな肌のことも考えて、低刺  
激性にこだわりました。

天然発酵成分  
ソホロリピッド  
配合  
だから

合成界面活性剤  
不使用!

皮膚刺激性・感作性試験  
(RIPTテスト)済み※1  
皮ふアレルギーテスト済み※1  
3次元培養皮膚モデルを用いた  
細胞毒性皮膚刺激性試験済み※1

無添加

香料・着色料  
保存料・防腐剤  
アルコール

オーガニック  
ラベンダー  
精油配合※2

araau.baby+  
モイストローション  
(無添加スキンケアローション+天然ハーブ)  
120ml/¥900+税

モイスト  
ローション

防臭剤・保存料無添加  
無香料・無着色  
天然構造&植物エキス配合

SARAYA

3つの植物性保湿成分

- ホホバ種子油…保湿力が高いのに、サラッとしている。
- スクワラン…オリーブ油由来のものを配合。肌※3への浸透性が高い保湿成分。
- マカデミアナッツ油…不飽和脂肪酸を多く含み、ヒトの皮脂と似て肌なじみが良い。

ホホバ  
種子油



マカデミ  
ナッツ油



天然発酵成分☆ソホロリピッドってなに?

低刺激の  
ヒミツは  
これ♥

乳化剤として、刺激になりやすい合成界面活性剤の代わりに配合されているのが、天然発酵成分「ソホロリピッド」です! 食品を原料に、味噌や醤油と同じように天然酵母の発酵から作られ、食品加工への応用も期待されている成分です。

食物から  
できている!  
バーム油  
アブラヤシの実  
トウモロコシなど

+  
×  
天然酵母  
発酵  
ソホロリピッド  
相溶性の低い  
天然乳化剤!



読者モニターさんにスキンケアアンケート!

日常している子どものスキンケアは?

特にしていない 22%

保湿ケアのみ 56%

保湿ケア&UVケア 22%

佐藤 野恵さん  
宗一郎くん(5才)  
日向くん(2才)

子どもの保湿剤選びで  
重視することはありますか?

保湿力!  
7人

乾燥する時期は  
やっぱり保湿力  
のあるものを選  
びたいです!

蓮見麻依子さん  
日花ちゃん(1才)

ベタつかない  
6人

価格  
5人

子ども用で  
あること  
5人

子どもに使うもの  
なので成分が気に  
なります。安心な  
ものがいいな!

成分  
7人

山崎 千穂さん  
達哉くん(2才)

araau.baby+モイストローションを  
使った感想は?

リピート  
決定です!  
保湿力がある  
7人

サラッとしている  
のにしっとりして  
いて、子どもが「自  
分からつけて」と  
持ってきます!

桜井さゆりさん  
ここちゃん(5才)

香りがよかつた  
6人

成分が安心  
6人

パッケージが好き  
1人

のびがよかつた  
8人

保湿力だけでは  
なく、ラベンダー  
の爽やかな香り  
でリラックス効  
果も!

原田 美穂さん  
悠吾くん(2才)

(複数回答方式、n=9) アンケートの感想は個人の意見です。

サラヤさんに  
開発秘話を  
お聞きしました☆

サラヤ株式会社  
商品企画室主任  
王子 裕美子 さん

こだわりたっぷりの保湿剤。  
誕生のきっかけは?

ママさん座談会で「araau.で無添加の保湿剤が欲  
しい」という声が開発のきっかけでした。私自身が  
母でもあり、「わが子にも使いたい?」というママ目  
線を大切にしながら完成させた思い入れある製品  
です。

一番のこだわりは?

赤ちゃんに使うものだから、合成界面  
活性剤、防腐剤、香料、着色料  
を使わないことにこだわりま  
した!

この春  
知つてもいい

ゲンキのモト

# ヘッドライン

ゲンキのモトを制作しながらお聞きした先生からのいろいろと、編集室からのお知らせなど、春ならではの旬な情報をまとめました！

最近この  
ポスターを  
いろいろな所で  
見かけませんか？

小児科 小児歯科  
保健所 保育園など  
ゲンキのモト編集室  
編集長 伊藤みかこ



吉村小児科  
内海 裕美先生

目と目でのアイコンタクトや語りかけ、ふれあいなど、親子で関わり合う時間を持ちましょう。赤ちゃんが泣いたときは、なぜ泣いているのか、何を求めているのか考えてあげることも子育てには大切なこと。もしこのポスターを見かけたら、もう一度子育てについて考えてみてはいかがでしょうか？

## スマホに 子守りをさせないで！

赤ちゃんと目と目を合わせ、語りかけることで赤ちゃんの安心感と親子の愛着が育まれます。

ムズがる赤ちゃんに、子育てアプリの画面で応えることは、赤ちゃんの育ちをゆがめる可能性があります。

親子が同じものに向いて過ごす絵本の読み聞かせは、親子が共に育つ大切な時間です。

親も子どももメディア機器接觸時間のコントロールが大事です。親子の会話や体験を共有する時間が奪われてしまします。

散歩や外遊びなどで親と一緒に過ごすことは子どもの体力・運動能力そして五感や共感力を育みます。

親がスマホに夢中で、赤ちゃんの興味・関心を無視しています。赤ちゃんの安全に気配りが出来ていません。

**◎一般社団法人 日本小児科医会**

ママ必見!  
ワクチンについて  
学ぼう！



## MRワクチンを接種しよう！

今回特集の小児科取材をする中で、多くの先生からMRワクチンの大切さについてお聞きしました。これから生まれる赤ちゃん達のために、ぜひ皆さんでワクチンのこと、もっと考えてもらえたたらと思います！

妊娠20週頃までの

妊婦さんが感染すると、

お腹の赤ちゃんが目、耳、心臓などに障害をもって生まれる確率が高くなります！

妊婦さんは  
ワクチンを接種できません

周りの人達が  
予防することが  
大切です

だからワクチンの予防接種を！

風しん谷間世代  
1979年～1987年  
生まれの人は要注意！

なぜ20～40代男性が  
風しんにかかりやすいのか…

それは、この年代の男性にはワクチン接種の機会がなかったために、風しんに免疫のない方が多いせいです。「風しんワクチンを2回接種したことがある」、または「血液検査で抗体価がある」方以外は、性別に関わらずワクチン接種することをお勧めします。

1回も接種していない、かつ風しんにかかったことがない場合、どちらも不明な場合、抗体価が十分でない場合は任意で接種しましょう

2回接種して  
いなければ任意で接種

集団接種世代  
●中学生の時に  
1回接種

個別接種世代  
●中学生の時に  
1回接種

個別接種世代  
●1歳から  
7歳半までに  
1回接種  
●中1または  
高3相当者  
追加接種

2回接種世代  
●1歳から  
7歳半までに  
1回接種  
●中1または  
高3相当者  
追加接種

風しんの特徴

熱が出た翌日、細かく赤い発疹が顔から全身に一気に広がります。子どもの頃にかかるって、大人によって抗体がなくなることもあります。風疹ワクチンを2回接種して抗体をしっかりとつけることが大切です。

可児さんからメッセージ

4年間の不妊治療の末授かった妙子は、先天性白内障、難聴、動脈管開存症など重複障害を抱えて誕生しました。たくさんの手術と訓練を一生懸命乗り越えてきた妙子ですが、高校卒業目前の18歳のときこの世を去りました。「先天性風疹症候群(CRS)」の子どもたちをこれ以上増やさないためにも、皆がMRワクチンを打つ社会になってほしいと願っています。



「風疹をなくそうの会  
hand in hand」  
共同代表  
可児佳代さん



この春  
知つてもいい!

待ちに待った春! といつても急激な気温変化や花粉など冬とは違った肌トラブルの季節もあります。そこで春に必要なスキンケアのコツを山本由美先生にお伺いしました。

# 春の肌トラブル! 保湿が鍵!

## 春に肌トラブルが増えるのはどうして?

春は急激な気温変化や、強い春風にあおられるホコリや花粉、まだまだ続く空気の乾燥など、お肌の大敵がいっぱい。肌を外敵から守るには「保湿」が大切です。お肌のバリア機能を整えれば、季節の変わり目も怖くないですね。

## 保湿を怠ると お肌はどうなるの?

暖かくなったからといって油断をして保湿を怠ると、口元や目元などに小じわができやすくなります。保湿ケアをこまめにすれば、将来のお肌に差がつきます!

## より効果的な保湿ケアを教えて!

カサカサ乾燥肌を感じたら

# ラクトフェリン<sup>※1</sup>!!

ラクトフェリン<sup>※1</sup>が肌の奥<sup>※2</sup>まで届くことで、美肌成分を生み出す線維芽細胞と結合して、

**肌のハリや潤いに必要な**

**コラーゲン エラスチン ヒアルロン酸**

がつくられます。

保湿力は抜群!!

なんと2ヶ月で

**約2倍の水分量!**

すごい!  
ラクトフェリン<sup>※1</sup>で  
シワの溝が  
浅くなかった!!

目尻のシワ  
一ヶ月の  
変化



さくらや株式会社  
ラクトフェリン研究所  
所長  
鈴木 靖志 さん

ラクトフェリン<sup>※1</sup>は粉  
ミルクにも配合される乳  
由来の安全な成分です。

ゆらぎ肌にみずみずしい潤いを!

# 春の肌に 自信をつけよう!

春先は、何かと肌トラブルを抱えやすい季節。  
ハリと潤いを与えるラクトフェリン<sup>※1</sup>でふるつや肌へチェンジ!

おなじみのサラヤから誕生した  
ママにぴったりのスキンケアを試してね

いのちをつなぐ

**SARAYA**

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<sup>※2</sup>

**無添加** 合成着色料・合成香料  
パラベン・アルコール

ラクトフェリンラボ

**LLローション  
モイストアップ**

導入用化粧液

ジェルの潤いをより高めるための、最も  
ジェルと相性のよい導入ローション!



ラクトフェリンラボ  
**LL ジェル  
モイストアップ**

オールインワン美容ジェル

うるおいタップリのジェルで、塗った瞬間モチモチのハリを感じて。  
忙しいママにピッタリの時短ケア!



応援します!赤ちゃんを安心して  
産みたいという想いは世界共通!



WHITE RIBBON  
海上保安の対義船を守る  
Lactoferrin Lab.は先の一部を  
国際NGOジョイセフに  
寄付しています。

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

しっとり  
うるおう



35歳  
ゆらぎ肌の私も!  
金子 ゆきさん

季節の変わり目はいつも肌トラブルだったけど、今年の春が楽しみ♪



34歳  
長く使ってます!  
平山 景子さん

塗った後の化粧もしやすい、乾燥しがちな私の  
肌にとってもいい感じ♪

ご注文は今すぐこちらから!

1 お電話 「ゲンキのモト」を見てとお伝えください。

2 FAX 0120-39-0828 ●受付9:00~21:00年中無休 ●年末年始を除く

3 FAX 0120-14-8080 ●24時間受付/年中無休

FAX・ハガキの場合  
お問い合わせ用ハガキに必要事項をご記入の上、

FAX送信。または切手を貼らずに郵便ボストに投函ください。

商品は、ご注文受付後3営業日前でのお届けになります。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(電話注文に限り)からお選びいただけます。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。

商品は、ご注文受付後3営業日前でのお届けになります。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(電話注文に限り)からお選びいただけます。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。

商品は、ご注文受付後3営業日前でのお届けになります。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(電話注文に限り)からお選びいただけます。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。

商品は、ご注文受付後3営業日前でのお届けになります。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(電話注文に限り)からお選びいただけます。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。

商品は、ご注文受付後3営業日前でのお届けになります。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(電話注文に限り)からお選びいただけます。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。

商品は、ご注文受付後3営業日前でのお届けになります。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(電話注文に限り)からお選びいただけます。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。

商品は、ご注文受付後3営業日前でのお届けになります。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(電話注文に限り)からお選びいただけます。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。

商品は、ご注文受付後3営業日前でのお届けになります。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(電話注文に限り)からお選びいただけます。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。

この春  
知つてもいいよ!

# ファミリーで行きたいお宿! 泊まってよかった!! Selection

P この印のあるお宿の宿泊券を、なんとプレゼントしちゃいます!! 詳しくはP38をご覧ください。

春の訪れを感じるこの頃、そろそろ旅行に出かけませんか? 今回も情報満載でお届けします!!

## 神奈川エリア

### CARO FORESTA 三浦海岸アレーナ



三浦野菜を主役に、お肉・魚介を選定し地産地消のディナーコースを提供してくれます。四季折々、見たことのない野菜が沢山登場します。ランチ営業有。

住所: 神奈川県三浦市南下浦町菊名173  
ご予約: 046-874-7101

アクセス: 【車】横浜横須賀道路佐原ICより約15分【京浜急行線】三浦海岸駅より送迎あり(要予約)  
料金: (1泊2食付) スイートルーム大人2名19,900円/人~、スタンダードルーム大人2名13,850円/人~ <ペット宿泊料金> 小型犬2,100円、中型犬2,625円など  
URL: <http://www.caro-foresta.com/arena/index.html>



ゲンキのモトスタッフ  
ルナちゃんママ

ポン吉を連れての旅行は、今回が初めて! 細部まで配慮されたサービスが満載で、家族も大興奮で思い出いっぱいです♪ 本当に泊まってよかったです♪

#### オススメポイント

- ① お風呂は内力ギ付きで24h家族で貸し切りできる
- ② こだわりの食事は子ども用メニューも対応可能
- ③ 海岸まで徒歩2分で行けるので散歩に便利
- ④ 都心からのアクセス◎電車でも車でも行きやすい



#### ワンちゃんも楽しめる!!

- ✿ 汚れても足洗い場があります
- ✿ ワンちゃんと一緒に食事ができる
- ✿ ペット専用プールあり
- ✿ ワンちゃんお預かりサービスもあり



美味しい♪  
びっくりだワン!  
犬かき  
しゃうワン!

いっぱい食べて  
いっぱい遊んで  
大満足だワン!

## 長野エリア

★行くだけでウキウキする場所♪

### ホテルグリーン プラザ軽井沢

P P38



りなちゃんママ

ママ友と泊まりました★バイキングには離乳食もあり、子どもにも優しいホテルでした! ここに来たら、おもちゃ王国にも寄ります。帰り道の子どもは電池切れ状態です(笑)

住所: 群馬県吾妻郡嬬恋村大前細原2277  
電話: 0570-091-489

アクセス: 【新幹線あさま】軽井沢駅下車、送迎バス(要予約)あるいはタクシーで約50分【車】上信越自動車道碓氷軽井沢ICより約55分

料金: (1泊2食付 大人1名料金)バイキングプランコネクション館8,500円~、冬のおもちゃ王国パックコネクション館9,000円~

URL: <http://www.hgp.co.jp/inf/Z10/hgp/>

## 栃木エリア

★ファミリー必見のお宿!!

### ホテル エピナール那須

P P38



そうくんママ

うちの子が赤ちゃんの時からのリピート宿です。今では子どもも「また行きたい!」とリクエストするほど気に入っています。年齢に応じて楽しみ方を変えられるのが魅力☆

住所: 栃木県那須郡那須町大字高久丙1番地  
電話: 0287-78-6000

アクセス: 【JR東北新幹線】東北本線那須塩原駅から無料シャトルバスあり【車】東北自動車道那須I.C.より約10分

料金: (1泊2食付 大人1名料金)ベビールーム13,500円~、(2名)ファミリールーム14,300円~、コーナースイート・アネックスタワー18,300円~<季節により変動>

URL: <http://www.epinard.jp>

## 沖縄エリア

★石垣島で出会う本物の癒し☆

### フサキリゾート ヴィレッジ

P P38



まゆみさん

客室はコテージになっていて、すみずみまで掃除が行き届いています☆ロクシタンのアメニティもステキ! スタッフさんも親切で温かく迎えてくれ、アットホームな感じ♪

住所: 沖縄県石垣市新川富崎1625  
電話: 0980-88-7000

アクセス: 【路線バス】石垣空港バスターミナルから「川平リゾート線」にて「フサキリゾートヴィレッジ」下車【車】国道390号から390号バイパス経由で約35分

料金: (1泊朝食付 大人1名料金)ウェルカムビー認定ルーム8,600円~、オーシャンビュームネットルーム13,100円~<季節により変動>

URL: <http://www.fusaki.com>

## information

### 富士屋ホテルチェーンからのお知らせ! リゾートパスポート2014を販売中!



#### リゾートパスポート2014とは?

右記 ご利用日 で利用可能な宿泊券  
(1枚で1室2名様利用・室料のみ) 2枚

- お食事10%割引券 4枚
- 富士屋ホテル俱楽部商品10%割引券 2枚

がセットになったお得なパスポートです!

詳しいお問い合わせは...

富士屋ホテル株式会社 T250-0011 神奈川県小田原市栄町2-13-1-401

富士屋ホテル株式会社 営業部内「リゾートパスポート事務局」

0465-21-0021 インターネットからはクレジットカード決算で購入可能!

(受付時間 09:00~17:30)

富士屋リゾートパスポート

検索



ちょっと贋沢な  
家族旅行に!  
たまには  
夫婦でのんびり2泊



★富士屋ホテル(箱根・宮ノ下)  
★箱根ホテル(箱根・芦ノ湖畔)  
★富士ビューホテル(山梨・河口湖畔)  
★湯本富士屋ホテル(箱根・湯本)  
★フルーツパーク富士屋ホテル(山梨・笛吹川フルーツ公園)

この春  
知つてもいい

編集室からの  
お知らせ

1

# ゲンキのモトホームページから 医院検索ができるようになりました!

「近所のいい先生を検索したい!」「過去の先生をもう一度見たい!」という読者の皆様のたくさんの声にお応えして、ゲンキドクター約400院☆検索できるようになりました!

1 まずはゲンキのモトホームページへGO!

2 トップページにある  
「ゲンキのモトのお医者さん」  
バナーをクリック!

3 「ゲンキのモトのお医者さん」トップページにとびます。



こちらに探したいエリアや診療科目、  
キーワードなどを入力します!



「ゲンキのモト」に掲載されている  
医院さんは広告ではありません!  
信頼できる先生からの紹介と、読者の方の口コミ  
で成り立っています!編集室スタッフが直接お会い  
して、先生の趣味や心がけていることなど、お人柄  
が伝わるような取材をしています!

4 該当の医院さんがズラリと表示されます!



過去に掲載された先生も  
写真付きで載っています!  
きっと皆様のお役に立てるサイトです!  
ぜひご活用ください!

医院検索スタート記念!  
WEB限定  
レシピコンテスト開催

記念すべき  
第1回目のテーマは…

『我が家の一一番レシピ!』

「うちの子はこれが大好き!これなら残さないの~♪」「うちの主人が大好きなあの料理」…などなど、皆様のおうちのとておきレシピ教えて下さい!  
受賞された方には豪華賞品プレゼント!★

オイシックス賞 5名

旬のおすすめ  
野菜セット



オイシックスおすすめ  
野菜詰め合わせセット!

KJC賞 5名

エジソンのお箸  
リングに指をいれるだけ  
で、すぐに正しくお箸が  
使える特許製品です。

編集室賞 10名

食品用保存容器  
PUSH&PUSH  
世界初のプッシュ式!シリコーンパッキン採用で汁漏れなし!

編集長の  
エッセイ本



本の詳しい内容は  
次のページで紹介中!

※詳しい応募方法のご説明、受賞の発表はゲンキのモトHPで行います!右記→HPへアクセス!

応募期間 3月3日~4月30日まで!



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

この春  
知つてもいい

編集室からの  
お知らせ

2

ゲンキのモト 編集長  
イトウミカコ著『ミカコ☆三十路』

# 大好評♥発売中!!

決して人がうらやむ人生ではないけれど……明るく前向きに生きること。それが最強なハッピーを掴むコツ。「大丈夫。あなたも幸せになれる。」そんなメッセージが込められた本です!

読んだ人は100%  
泣けるエッセイ

どんなピンチもチャンスになる!  
と頑張る気持ちをあと押し  
出来れば嬉しいです!\*



たくさんの人たちの応援があって実現したこの本。みんなから出版を喜ばれ、優しさにあふれたお祝いの言葉に涙したことはナイスです☆

この本はこのコラムから生まれました♪

編集長の子育て体験記

<中学受験奮闘記> 息子が中学受験に合格しました!

この冬、長男の中学受験がありました。結果、見事! 第一志望校に無事合格いたしました★ 発表の瞬間、抱き合ってしばらく泣いてしまいました! しばらく勉強の日々だったので、努力が報われてホッとしている次第です。自分のこと以上に心配で、試験会場で「行ってらっしゃい!」と見送ったときは、見えなくなるまで見つめてしましました。「悔いが残らないように」と、声をかけながら頑張り続けた日々は、良い思い出です。息子に「夢って頑張って努力すれば叶うのだね」と言われ正直、嬉しかったです。まだまだ、人生はじまつばかり! 夢に向かってファイトだね★

ゲンキのモト編集長 伊藤みかこ

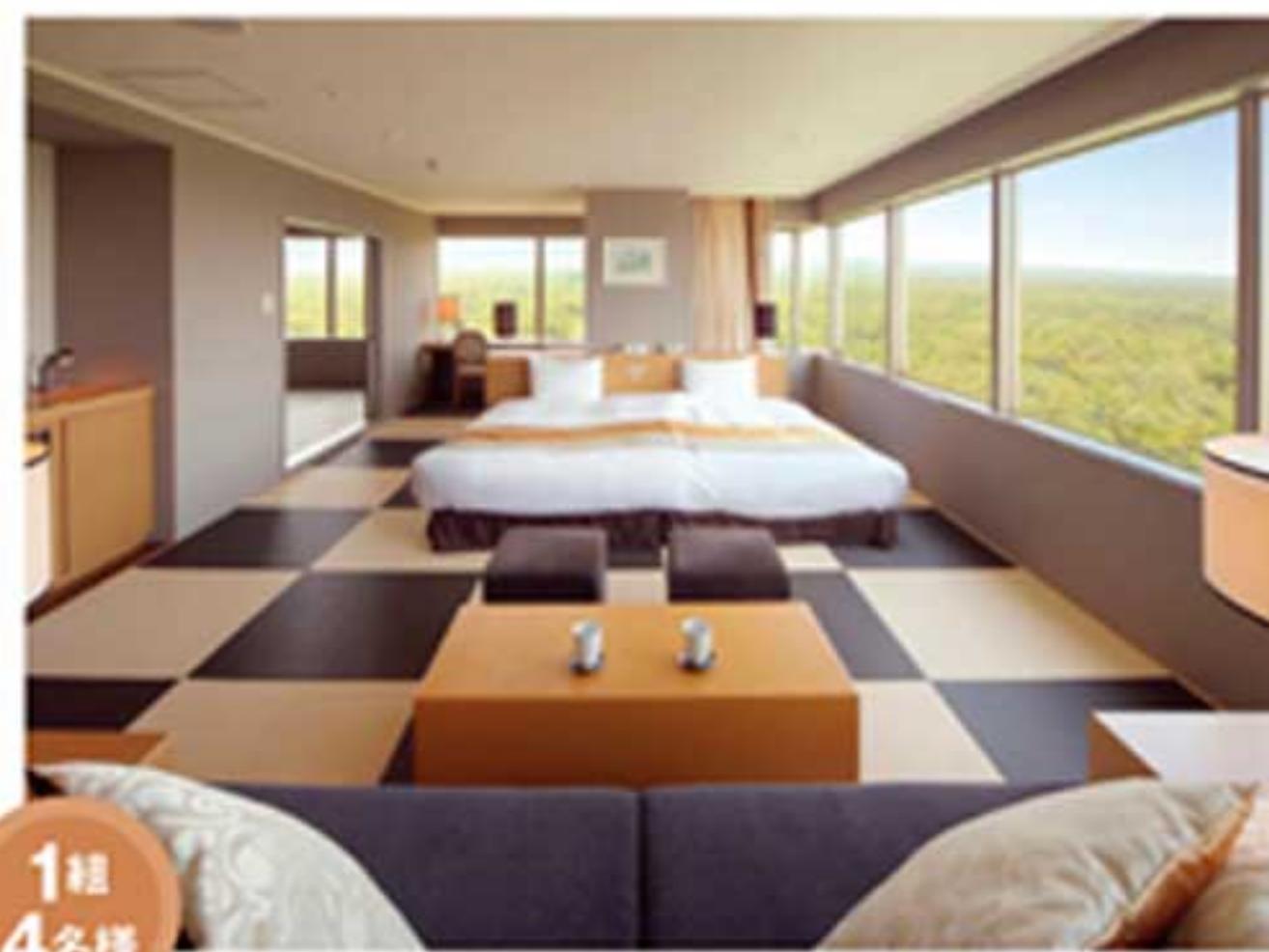
編集長blogはこちらから→



# ゲンキのモトVol.35 PRESENT



## A ホテルエビナール那須 宿泊券 (1泊2食付)



1組  
4名様



## C フサキリゾートヴィレッジ 宿泊券 (1泊2食付)



1組  
4名様

2013年、新石垣空港の開港によりアクセスが良くなり、とても行きやすくなった石垣島。行ってみたかったけれどなかなか行けなかったファミリーのみなさん、この機会にぜひ。

●フサキリゾートヴィレッジ 0980-99-7000



## E 富士屋ホテル 宿泊券

気品あふれる老舗、富士屋ホテルから宿泊券をプレゼント! どの季節でも楽しめる箱根ですが、春はホテルの庭園では桜やツツジが見どころ。花と緑の香りをカラダいっぱいに感じられます☆

●富士屋ホテル 0460-82-2211



1組  
2名様



## B ホテルグリーンプラザ軽井沢 宿泊券+おもちゃ王国フリーパス



子どもに大人気! のおもちゃ王国では、4/12から春の営業がスタート。アトラクションやアスレチックに加え、新登場の立体迷路も登場☆

●ホテルグリーンプラザ軽井沢 0570-091-489



## D ぐるなび デジタルマネーギフト 5,000円分



ぐるなびお食事券がさらに便利にデジタルマネー化! 携帯にチャージしてお店にGO☆ お手入れもラクラク☆

●ぐるなび 03-3500-9700

お申込された方には、福集よりお電話させていただきます。

人気連載「編集長の子育て日記」を1冊の本にしました。子育て中のママにも大好評! 発売中!!

定価 1,000円+税 (送料80円 別途)  
ご注文方法 卷末の専用ハガキ(切手不要)、またはゲンキのモトHPよりご注文ください。  
お支払い方法 商品到着後7日以内に、同封の「ゆうちょ銀行振替」にてお支払いください。  
郵便振替手数料はお客様のご負担となります。

●商品お届け時期はご注文受付後1週間前後となります。クロネコメール便にてお届けします。●ゲンキのモト編集室もしくは論創社からご発送致します。論創社からの発送においては、お客様の情報を論創社に預けさせていただきます。●お客様のご都合による返品は、未開封に限り商品到着後7日以内で承ります。乱丁・落丁・汚損はお取扱いいたします。●先着500冊限りの販売となります。

## 『ミカコ三十路』

人気連載「編集長の子育て日記」を1冊の本にしました。子育て中のママにも大好評! 発売中!!



あれからいろいろありました——前作『ミカコ20歳』から14年。最愛の父との別れ、664グラムで生まれた次男…『ゲンキのモト』誕生秘話をはじめ、シングルマザーとして波瀬万丈を駆け抜けた、ハートウォーミングエッセイです!

ゲンキのモトWebからも  
ご購入いただけます!!  
<http://genki-moto.jp>

(株)サンピアール 赤坂店  
〒102-0082 東京都千代田区一番町4-5-202  
**03-3264-1603**



みなさん、  
ぜひ読んでね!

好評発売中!!

## F レコルト スマイルベイカー



これひとつパンケーキ、ジンジャーブレッドマン、お好み焼きまで作れちゃう! 見た目可愛いので、パーティーでみんなの前で作って披露してもオシャレ☆

●ウィナーズ 03-6804-5538

紫外線吸収剤  
無配合



30  
名様

## G キュレル UVローション 60ml (SPF50+ PA+++) 顔・からだ用

P4でもご紹介した、赤ちゃんのテリゲートなお肌にも使えるUVローションです。顔やからだにのばしやすさらっとなじみます。毎日のスキンケアにぜひ☆

●花王キュレル  
<http://www.kao.co.jp/curel/>



医薬部外品

乾燥性敏感肌  
を考えた  
**Curél**  
キュレル  
UVローション  
<乳液タイプ>  
SPF50+ PA+++  
キュレル  
UVローション  
乾燥性敏感肌  
を考えた  
UVをカットするだけではなく  
乾燥・赤み・ほてりなどの肌ダメージまで防ぐ!



## H レドナ トリプルリペア (トータルエイジングケア美容液) 30ml

年齢とともに複雑化する肌悩みに、1本でハリ・透明感・深層保湿をかなえるトータルエイジング美容液。レスベラトロール、3種のプラセンタ、6種のコラーゲンなどを配合し、1日中潤いに満ちた肌へと導きます。

●ナチュラルサイエンス 0120-122-783  
(9:00~21:00 年末年始を除く)



注目の  
レスベラトロール  
配合!

3名様

## I ベルソス サイクロニックマックス ミューレッド

みんなが欲しがるサイクロン掃除機です! 紙パック不要のダストカップ形式で、フィルターとともに丸洗い可能♪ お手入れもラクラク☆

●ベルソス サポートセンター 0120-730-790



付属の伸縮パイプで  
家中OK!

ゲンキのモト公式サイト  
からもご応募できます!

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



次号予告

★★特集★★

# 皮膚科特集

6月上旬(夏号)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)にてご連絡ください。掲載料・企画など詳しくご説明させていただきます。 ★ゲンキのモトでは本誌設置にご協力いただける施設・店舗を募集しています。ご興味がある方は以下連絡先まで是非お問い合わせください。TEL・03-3264-1603 FAX・03-3237-6766

編集後記

子どもの病気特集号は、いかがでしたか? 今回も素敵な先生をたくさん取材することができます! 个人的には、今回担当したページの中で、小児科の先生から必ず特集を! といった言葉から特集しましたMRワクチンについて是非、読んでいただきたい次第です。今回の記事で、1人でも多くワクチン接種の大切さが伝われば嬉しい限りです。

ドラえもんと一緒に“ぶちドラゼミ”で、入学準備をもっと楽しく♪

12ヶ月分一括払いキャンペーン  
ドラえもん  
「ぶち・ドラゼミ」デスク&チェア  
をプレゼント!!

ダンボール  
工作家具

ぶちドラゼミは、プレ(3~4歳)・年中(4~5歳)・年長(5~6歳)の3コース! 夢中になって取り組むうちに、自然と文字・数や考える力が身につくスペシャルテキストだから、入学準備も安心です。さらに、ドラえもんのにっこり笑顔がかわいい机とイスで、自分から机に向かう習慣が身につきます♪

テキストには、  
ドラえもんや  
仲間たちが  
たくさん登場するから、  
とっても楽しい♪

自分だけの机とアスで  
やる気もアップ♪

おうちの方へ  
●「ドラえもん デスク&チェア」はぶちドラゼミ(プレ・年中・年長)に12ヶ月分一括払いでお入りされた方への特典となります。  
●ダンボール素材の、組み立て式家具となります。組み立て方については「ドラえもん デスク&チェア」に同封の説明書をご覧ください。  
●途中(1年未満)で退会された場合は、デスク&チェアの代金を差し引いた金額でのご返金となります。

必ずお読みください。  
●「ぶちドラゼミ」は12ヶ月分一括払いでお入りされた方への特典となります。

年中・年長コースでは、  
毎月2冊の教材をお届けします♪

もじかずブック  
ドラえもんや仲間たちと一緒に楽しく、  
文字・数の基本を学べます!

モジカズ  
モニターブック  
ちえづづく

ちえトレーニング  
ブック  
間違い探しや迷路・  
パズル遊びなどを通じて「考える力」を鍛えられる楽しいワークです!

※こちらは、2013年度ドラゼミ年長コース「もじかずブック」の問題です。

ひと月1,480円~\*で、学習習慣が身につく!

\*上記は、2014年3月31日までに「プレコース4月号」に12ヶ月分一括払いでお申し込みいただいた場合のひと月あたりの金額です。

受講コースやお支払い方法によって、ひと月あたりの会員料金は異なります。詳しくは、無料教材サンプルセットをお取り寄せいただくか、ドラゼミのHPにてご確認ください。

無料教材サンプルのご請求・ご入会のお申し込みは、こちらからどうぞ!

0120-510395

受付時間/10:00~20:00(土曜のみ16:00まで、日・祝休日除く)

ゴー てん さく ゴー

QRコードで、簡単アクセス

ドラゼミ 検索

コースごとの教材サンプルを  
ご用意しています♪

卷末のはがきも、ぜひご利用ください!

お得に受講を  
スタートできる  
チャンス!!  
.... お申し込みは ....  
3/31(月)まで!!



岡村 理栄子先生  
岡村皮フ科医院院長、皮膚科専門医、日本臨床皮膚科医会学校保健委員会副委員長

日焼けをする  
のは不健康!

日焼けはシミやしわ、皮膚がんの原因になるほか、少なくとも一週間は免疫力を低下させます。18歳までに一生の50%以上の紫外線量を浴びるとも言われ、健やかな成長のためにも、小さい頃からのUVケアはとても大切です。

外で沢山  
遊びたい!!

赤ちゃんと  
キッズの  
UVケアの  
すすめ

子どもに日焼け止めを塗るのは抵抗がある?  
いえいえ、UVケアはデリケートな子どもの  
肌を守るために、とっても必要なことなんです。

年間の70~80%の紫外線は4月~9月に降り注ぐことをご存知ですか? 気温が高くなるからとUVケアをしないのは間違いです。春の行楽や運動会はUVケアをしっかりして楽しみましょう。

月別紫外線照射量  
4~9月に年間  
紫外線量の約70%が  
降り注いでいる!  
いよいよ  
紫外線の本番!

UVインデックス  
東京(平均値) 2012  
1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12  
月

<引用>気象庁 HP 日最大UVインデックス(推定値)の年間推移グラフ

子どものUVケア  
3つのポイント!

帽子  
外出時には帽子! 垂れ付き帽子なら、首後ろの日焼けも防げます。

洋服  
長そで、長ズボン!  
濃い色の方がより紫外線をカットできます。

日焼け止め  
無香料、無着色!  
赤ちゃんには洗浄料だけで落ちるタイプを。

顔  
日焼け止めはしっかり量を塗らないと効果がありません!

うで  
あし  
等間隔で数カ所肌にのせて、手のひらで包み込むように螺旋を描きながら均一にムラなく伸ばします。

やさしくしっかり肌を守る

# ベビーとキッズにオススメ! 日焼け止め

日焼け止め  
レビューに  
ピッタリ!

ベビーに  
オススメ!

UVライトベールの  
ココがスゴイ☆  
ベビー用低刺激洗浄料で  
すっきり落ちる!

着色した「UVライト  
ベール」を塗った肌  
のみで洗った肌

UV  
light veil  
SPF23  
PA++

FOR  
SENSITIVE SKIN  
BABY SKIN

Mama  
&  
Kids

natural science

Sunscreen  
milk SPF32  
PA+++

FOR  
SENSITIVE SKIN  
BABY SKIN

Mama  
&  
Kids

natural science

日中通り直せない  
園児や小学生に!  
プールでも使える!

サンスクリーンミルクの  
ココがスゴイ☆  
しっとりなじむのに  
汗・水をはじく!

汗や水をはじくから、  
プールはもちろん外遊  
びにもピッタリです!  
落とす時はクレンジングを  
ご利用ください。

SPF32  
PA+++

汗や水に強い  
ウォータープルーフ  
サンスクリーンミルク  
(ノンケミカル日焼け止め用乳液)  
顔・ボディ用55g/¥2,400+税

ベビーの洗浄料で  
すっきり落とせる  
UVライトベール  
(カプセルイン日焼け止め用乳液)  
顔・ボディ用90ml/¥2,400+税

無香料

無着色

低刺激

\*表示価格は本体のみ(税抜)の価格です。

もれなく全員に  
プレゼント



ママ&キッズ  
ベビースキンケア  
お試しセット

セット内容  
ベビー全般シャンプーフレイチ (1袋)  
ベビーアヘンシャー (1袋)  
ベビーミルキーローション (2袋)  
UVライトベール (1袋)  
初めての方に限ります。

お試しセット請求方法・商品のお問い合わせは3つ

①インターネット

●パソコン スマートフォン ●携帯

ベビーふるふる 検索

<http://bit.ly/1bFSxuJ>

②専用ハガキ

卷末の専用ハガキ

に、必要事項をご記入の上、切手を貼らずに郵便ボストに投函ください。



③お電話

050-122-783

(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/>

ゲンキのモト春号  
を見たとお伝え  
ください