

+ ホームドクターを探そう! +

ゲンキのモト

[vol.43] 2016 SPRING

[無料]

ご自由にお持ちください

赤ちゃんの“あせも”ケア

子どもの
風邪とアレルギー

祝★取材医院
500院突破!

ご存知ですか?

身近で買える! 医療グッズ



今回のクチコミ
医院特集は

子どもの
病気

17万部
発行

今、お子さまに英語を習わせようと 考えているお母さま! check!

小3になったら
学校で英語の授業が
始まるのか…。

入試も
変わっていく
みたいだし…。

始めるなら
今です!

外国の
サッカー選手と
話して
みたいなあ。



イーコラボで、英語を「学ぶ」から「使いこなす」へ

英語が口からあふれだす!

イーコラボでしか受けられない日本初の英語カリキュラム
「ストーリーベースカリキュラム」を使ったレッスンを展開。
ストーリー(物語)を素材として、大量の英語を聞き、リズムに
乗せて身体を動かしながら発話することで、自然に英語が
口から出てくるようになります。



全身を活用して、
何度も重ねて使うことで
「自分の言葉」として
身につけます。

「意味のある文脈」が含まれ、
お子さまにとって
身近な存在である
ストーリー(物語)を
題材としたカリキュラム。



週1英語から週7英語へ



日常生活で英語を使わない
日本の環境において、英語
を身につけるには「たくさん
聞いて、話す」という経験が
不可欠。イーコラボでは、
「音声ペン(Edu Talk)」を
使用して、ご家庭での英語
学習が楽しく取り組める
仕組みになっています。

テキストをタッチすると
ペンから英語が流れてくる!
聞いたり、話したり、
宿題を解いたり、
毎日使用できます。



イーコラボについて、
もっと詳しく知りたい!という方へ…
DVD付の資料をお送りします!
下記までお問合せください!



幼児・小学生・中学生のための総合学習教室



フリーダイヤル 0120-415861

受付時間 9:30~17:30(月~土)※日・祝日除く

小学館アカデミー

検索

<http://www.415861.com>



ゲンキのモト

[vol.43] 2016 SPRING



●表紙モデル
あかさか ひなた君(3才)
とみかわ きょうた君(4才)

●編集長
伊藤みかこ

●副編集長
仲鉢友美 赤坂野恵

●制作スタッフ
永野百合子 片山裕子 府中綾子
太田三保子 金子ゆき

●イラスト
金子ゆき

●撮影
小嶋雅人 吉岡真理

●印刷
文化堂印刷株式会社
〒250-0002 神奈川県小田原市寿町1-10-20
TEL: 0465-34-9206(代)

●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 2016
Licensed by Copyright Asia
季刊誌 ゲンキのモト 春号 VOL.43
発行日 2016年3月15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

子どもの病気 特集

皮膚科の先生に聞きました!

赤ちゃんの“あせも”ケア

赤ちゃんのあせも予防に!

キュレル ジェルローション

子どもの風邪とアレルギー

8 医院・クリニック特集

いしかわキッズクリニック	8	さいとう小児科内科クリニック	12
岸田こどもクリニック	9	あい診療所	13
いなみ小児科	9	おぎそ小児科医院	13
かずえキッズクリニック	10	三茶おはな耳鼻科	14
三輪小児科医院	10	鈴木耳鼻咽喉科クリニック	14
大泉学園こども・思春期クリニック	11	いけもと耳鼻咽喉科クリニック	15
加賀医院	11	素敵な情報をお届け!	
ほきまクリニック	12	メディカフェ医患場に行ってきました★	15

16 三男 祝1才! みかこ編集長の オススメしたいモノ&コト

18 これはハズせない 3つの任意予防接種

22 ラクトフェリンで大人の美肌ケア

24 ゲンキのモト医院リスト

32 読者プレゼント!

34 身近で買える! 医療グッズ

36 プレゼント応募はがき/パディントン ベア™ポストカード

春 夏 赤ちゃんの“あせも”ケア

これからの季節に増える赤ちゃんの「あせも」。ケアのポイントをみかこ編集長が皮膚科の岡村先生に伺いました!

三男
巨くん
(1才)

みかこ編集長
岡村先生

赤ちゃんはどうして“あせも”になりやすい?

新陳代謝が活発で、大人の3倍近くも汗をかく赤ちゃんですが、肌はとってもデリケート。肌本来の保湿成分「セラミド」が不足しがちで、肌を外部刺激から守る「バリア機能」が未熟な状態です。自分の汗でさえ外部刺激になってしまうため、あせもや肌荒れが悪化しやすいんです。



汗をかいて蒸発しにくい環境で放っておくと、汗管が詰まって“あせも”になります。背中、おなか、胸、顔、首、脇の下、足の付け根、ひじやひざの内側などにできやすいので、こまめにチェックしてあげましょう。

岡村皮膚科医院
院長
岡村 理栄子
先生

みかこ編集長
岡村先生

赤ちゃんの“あせも”ケアについて教えて!

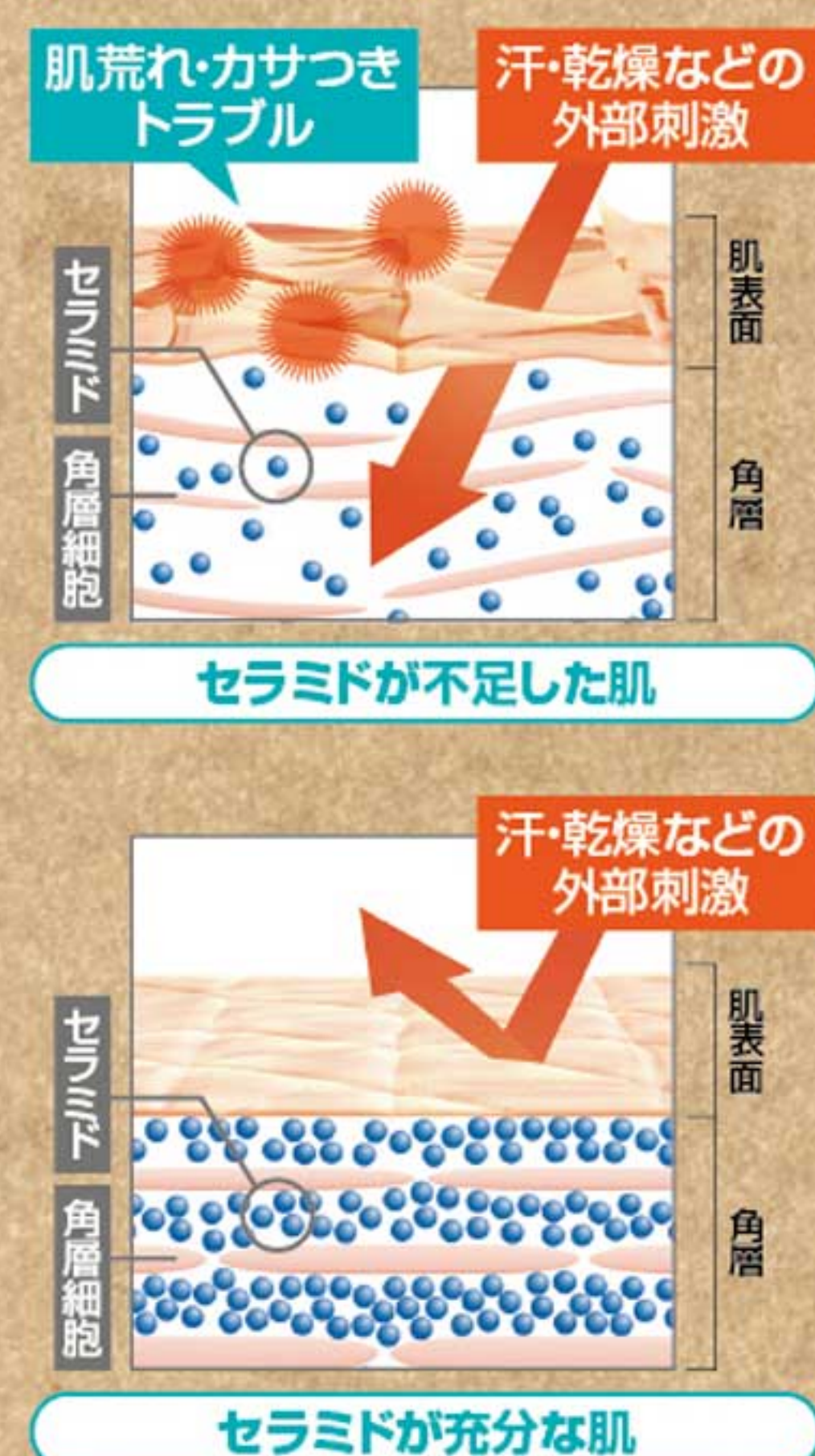


汗をかいたらそのままにせず、こまめに拭いたりシャワーで洗い流しましょう。赤ちゃんの肌は夏でも乾燥しがちなので、実は保湿も大切。あせもを防ぐ成分が配合された保湿剤で、しっかり潤してあげると安心ですね。さっぱりした使用感のものが使いやすくおすすめです。



「セラミド」とは?

肌の奥から生まれる「セラミド」は、角層細胞のすき間を満たし、細胞や水分をつなぎとめています。外部刺激から肌を守る「バリア機能」をきちんと働かせるために、欠かせない成分です。



あせもケアのPOINT

まずは洗い流す!

+++++
たっぷりの泡と手で、こすらず優しく洗ってあげましょう。肌本来の潤い成分「セラミド」を守りながら洗えるものをおすすめです。

保湿も大切です!

+++++
夏も乾燥しがちで、外部刺激に敏感な赤ちゃんの肌。汗・エアコン・紫外線などの刺激を受けにくくするために、しっかり保湿してあげましょう。

季節に合わせて上手に保湿剤を使いながら、デリケートな赤ちゃんの肌を健やかに保ってくださいね。

あせもケアは保湿も大切なですね!



こちらの20院のクリニックでサンプルがもらえます!

「潤いを与えるだけでなく、汗などによる肌荒れやあせもも防ぐジェルローション」
※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

ココカラファイン
成城店
エリア

世田谷区 成城皮膚科
☎03-3417-5020

セイジョー
ビューティ
エリア

世田谷区 なおこ皮膚科クリニック
☎03-6805-7484

ココカラファイン
用賀駅前店
エリア

世田谷区 えんどう小児科クリニック
☎03-6379-7127

ココカラファイン
経堂コルティ店
エリア

世田谷区 ゆみこクリニック
☎03-5314-3511

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

ココカラファイン
弦巻店エリア

渋谷区 かずえキッズクリニック
☎03-3376-1662

ココカラファイン
中野南台店
エリア

新宿区 プラザ30階クリニック
☎03-5323-4330

ココカラファイン
西新宿7丁目店
エリア

杉並区 荻窪こどもクリニック
☎03-3391-6651

ココカラファイン
荻窪西店エリア

杉並区 アトラスレディースクリニック
☎03-5327-6710

ココカラファイン
高円寺店エリア

目黒区 自由が丘メディカルプラザ小児科
☎03-5731-3565

セイジョー
自由が丘店
エリア

中野区 皮膚科こかじクリニック
☎03-3383-5033

ココカラファイン
中野南台店
エリア

千代田区 飯田橋皮膚科スキンクリニック
☎03-3234-0140

ココカラファイン
飯田橋店エリア

板橋区 みえこ女性クリニック
☎03-5943-1123

くすりセイジョー
仲宿店エリア

豊島区 優レディースクリニック
☎03-3984-2278

ココカラファイン
西池袋店
エリア

豊島区 みやけ医院
☎03-6903-7211

セイジョー
駒込店エリア

港区 虎ノ門ウィメンズクリニック
☎03-3502-1211

ココカラファイン
赤坂二丁目店
エリア

大田区 ゆりこ皮膚科クリニック
☎03-5480-0600

くすりセイジョー
蒲田店エリア

小金井市 岡村皮膚科医院
☎0422-37-1112

ココカラファイン
武蔵小金井店
エリア

調布市 川端皮膚科クリニック
☎03-3308-2286

ココカラファイン
仙川店エリア

春夏

赤ちゃんの“あせも”予防に! キュレル ジェルローション

すーっとなじんで、さっぱりみずみずしい、ジェルタイプの全身用ローション。
潤いを与えて健やかな肌を保つだけでなく、汗などによる肌荒れやあせもも防ぎます。

(4月9日新発売)

親子で
一緒に
使える!

汗などによる
肌荒れ
あせもを
防ぐ!
※1

セラミド
機能成分
配合
※2

薬用

New
汗で悩まされる
敏感肌に
薬用
あせも・肌荒れを防ぐ

乾燥性敏感肌
を考えた

Curél

キュレル 潤浸保湿

INTENSIVE MOISTURE CARE

ジェルローション
Moisture Gel-Lotion

【医薬部外品】

弱酸性・無香料・無着色

Kao



夏も使いやすい!
さっぱりみずみずしい
ジェルタイプ



低刺激性で
赤ちゃんにも
安心して使える!



キュレル ジェルローション
220ml (ボトル)

【医薬部外品】 顔・からだ用

- 潤い成分(「潤浸保湿セラミド機能成分」※2)、ユーカリエキス、アスナロエキス配合。肌の必須成分「セラミド」の働きを効果的に補い、潤いを与えて、外部刺激で荒れにくい健やかな肌を保ちます。
- 汗などによるあせも・肌荒れを防ぐ、消炎剤(有効成分)配合。
- 「汗トラブルケア処方」で、汗から肌を保護します。

※1 消炎剤(有効成分)配合 ※2 ヘキサデシロキシPPGヒドロキシエチルヘキサデカナミド

こちらの商品は、セイジョー・ドラッグセガミ・パワードラッグワーズ・ココカラファインでお買い求めになれます。店頭スタッフまでおたずねください。
※掲載商品にしまして、一部、取り扱いがない店舗もございます。ご了承ください。

洗いながら
肌荒れ予防!

キュレル
泡ボディウォッシュ
480ml (ポンプ)、380ml (つめかえ用)

【医薬部外品】

手でやさしく洗える、泡で出るタイプのボディウォッシュ。「セラミド」を守りながら、汗や汚れをすっきり洗い流します。肌にやさしい低刺激性。肌荒れを防ぐ消炎剤配合。

便利な
つめかえ用も
あります!



敏感肌
には
こすらず
洗える 泡

薬用 肌荒れまで防ぐ!

乾燥性敏感肌
を考えた

Curél

潤いを守って洗い、肌荒れを防ぐ
キュレル 潤浸保湿

INTENSIVE MOISTURE CARE

泡ボディウォッシュ
Foaming Body Wash

【医薬部外品】

弱酸性・無香料・無着色

Kao

泡 にこだわりました!

きめ細かい泡

押すだけで泡が出る!
手で全身に広げられます。

+

すべりがよい泡

肌への摩擦を抑えて
やさしく洗います。

外出先でも!

薬用



キュレル
スキンケア
シート
10枚

【医薬部外品】

天然コットン100%
のシートが汗やベタ
つきをすっきりとふき
とり、肌荒れ・あせ
もを防ぎます。

キュレルコーナーがある店舗はこちらです!!



藤巻 奈穂さん

ココカラファイン
経堂コルティ店



秋山 七貴さん

ヘルスケアセイジョー
羽田店

キュレル売れ筋TOP5

- 1 キュレル
ローション220ml
- 2 キュレル
潤浸保湿フェイスクリーム
- 3 キュレル
化粧水Ⅲ
- 4 キュレル
シャンプー つめかえ用
- 5 キュレル
乳液

小児科の先生にお聞きました！
子どもの風邪について



自由が丘メディカルプラザ 小児科
院長 高嶋 能文 先生
日本小児科学会認定小児科専門医、
日本血液学会認定血液専門医

春に流行るのは どんな風邪？

A 鼻かぜや咳かぜが多いです

春は、**鼻水** **のどの痛み** **咳**などの症状が出やすいでしょう。咳が1週間以上つづく場合や、発熱して3日経っても下がらなければ、小児科を受診しましょう。ただし、機嫌が悪い、夜眠れない、食欲がない、水分を摂らない、生後3ヶ月未満の赤ちゃんで38℃以上の熱がある等の場合は、すぐに受診してください。

風邪のほかにもこんな感染症が流行！

風しん

潜伏期間 16~18日

- リンパ節の腫れ
- 細かい発疹
- 発熱(熱が出ない子もいる)

りんご病

潜伏期間 4~21日

- 軽い風邪症状
- 両頬の紅斑、うでや太ももに網状の紅斑



花粉症は アレルギーですか？

A 花粉症はアレルギーのひとつです

花粉症の低年齢化が進んでおり、花粉の季節を3シーズン(=3年)以上過ごすと発症リスクが上がるといわれています。**両親がアレルギーなら、お子さんも花粉症になる可能性は高いです。**検査は小学校に上がってからでも良いですが、**鼻水** **鼻づまり** **目のかゆみ**など症状があるなら早めの受診をおすすめします。

もしかして花粉症？ こんな症状は耳鼻科へ！

- 夜、口を開けて寝る
- 入浴後、食事後に目鼻をこする

- 鼻をよくいじる
- 鼻水をかんでもスッキリしない
- 鼻のかみ過ぎで鼻血が出る



耳鼻科の先生にお聞きました！
子どものアレルギーについて



三茶おはな耳鼻科
院長 松尾 有希子 先生

子どもの風邪と

アレルギー!!

春はなにかと体調を崩しやすい季節。ご専門の先生方に、

気になる風邪とアレルギーについてお聞きました！

ホームケアについて

お熱の ケア

① 手足が冷たい
顔色が悪い
寒くてふるえる

温かく！

① 手足が温かい
顔が赤らんでいる
汗をかいている

薄着に！

② こまめな水分補給を！

- 麦茶、湯冷まし、経口補水液など

③ 汗をかいたら、こまめに着替えを！

- からだをタオルで拭きましょう

何時に何度の熱があったか記録をつけておくと、受診する時に役立つよ！

咳の ケア

① お部屋を加湿する
●目安は湿度50~60%

② 食事は消化が良くて刺激の少ないものを。

- 咳が落ち着いているときに、水分補給をこまめにしましょう

こんなときは小児科受診を！

- 夜中寝ている間も咳がひどい
- 1週間以上も咳が続いている
- 食欲がない
- 熱が出た

花粉症の ケア

① 外出時の花粉症対策

- 花粉情報をチェック! 花粉が多く飛ぶ13時~15時の外出はさけましょう!
- 帽子、めがね、マスクを着用!

② 花粉を家の中に入れない

- 花粉の季節はドアと窓を閉めきりに!

③ お部屋の湿度を保つ

- 加湿することで花粉の舞い上がりを防ぎます!

アレルギー時期の風邪は要注意!



長引く・くり返す風邪は耳鼻科で
しっかり治しましょう

診療科目に
迷ったときの目安は!

咳、熱、下痢、嘔吐は小児科
鼻水、耳が変なとき、タンのでる咳、
一週間続く風邪は耳鼻科

取材
祝 500院突破!

子どもの病気特集

やえ編集スタッフ

(34歳)
先生からご紹介いただいた先生への取材担当スタッフ
ついに医院取材件数が500院を突破!ご協力いただいた先生達に感謝です!
趣味★甘い物を食べること
ゲンキのモト★2人の息子

ゆり編集スタッフ

(47歳)
取材経験が豊富な編集スタッフ
リビングのカーテンを赤に変えたらおしゃべりな子になりました!
趣味★JAZZバンドでピアノを弾く
ゲンキのモト★旅行

みかこ編集長

(37歳)
14歳、11歳、1歳の息子を持つママ編集長
男の子3人のお母さんをしてます。仕事と育児の両立に日々奮闘中!
趣味★仕事と育児
ゲンキのモト★家族と愛犬とお仕事

あや編集スタッフ

(29歳)
会社のムードメーカー
いつも笑顔の編集スタッフ
筋トレをはじめました! 二の腕、腹筋の筋肉痛と闘う毎日...
趣味★紅茶をみんなにふるまう
ゲンキのモト★おいしいご飯

編集長ブログも日々更新中★

ゲンキのモトのHPも見てね! <http://genki-moto.jp/>

検索

上町

交通 東急世田谷線 上町駅より徒歩3分

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。



上町の小児科医院さんがリニューアルしました!

3年前に取材に伺った上町の小児科、いしかわキッズクリニックさんがこの度建物を新たにリニューアル!「どんなクリニックになったのかな?」とワクワクしながらお邪魔してきました!場所は今までと変わらず、上町駅から徒歩3分と至近の距離。ひろびろとした待合室には以前より広くなった可愛らしいプレイスペースも!優しく穏やかな院長の石川先生だけは以前とお変わりなく、ますます通いやすくなった「かかりつけ」にピッタリの医院さんです。

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

明るく楽しい診察を!できるかぎりお母さん方の悩みを解消するように努めています。

気軽に相談できる優しい先生です!



あやの取材日記



Doctor's Profile

石川 央明先生 (41才)
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
趣味★ゴルフ ゲンキのモト★患者さんとおしゃべり

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

設備・検査・対応

●アレルギー検査(血液検査、食物負荷試験)
●エビベン処方●シタレン処方(スギ花粉舌下免疫療法)●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)

■乳児健診/予防接種(予約制)

火水金第1・3土、14:00~15:00
(予防接種は診療時間内でも対応可能)

駅近 大人OK! 完全予約制 院内・院外 院内土足 隔離室あり プレイスペース オムツ替えスペース 授乳スペース

アレルギー科のスペシャリスト! 安心感あるクリニックならコチラ!

20年ちかく大学病院で小児科診療に携わってこられたという院長の岸田先生。ひとつひとつ丁寧な受け答えをしてくださる、安心感のある先生です。先生のご専門はアレルギー。「アレルギーの病気は個人差が大きいため、どの薬も一律に効くものではありません。眠気などの副作用も人によって出方は異なるので、自分に合った薬を見つけることが大切」とのこと。お子さんにアレルギーがある場合、その親御さんにもアレルギーであることが多いとのことで、大人も受診が可能です☆親子で長くお世話になりたいと思える医院さんでした。

やえの取材日記



先生の得意分野 アレルギー

診療について心がけていること

患者さんを自分の孫だと思って診療しています。

交通 東急田園都市線 池尻大橋駅より徒歩5分

池尻大橋

岸田こどもクリニック

小児科、アレルギー科
03-6450-9655

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

★土午前10:00~14:00
●〒154-0001
東京都世田谷区池尻3-20-2-2F
●<http://www.kishidakodomo.com>

予約について 完全予約制。インターネットにて当日の順番取り予約が可能。午前受診の場合は午前に、午後受診の場合は午後にお申し込みください。



Doctor's Profile

岸田 勝先生 (64歳)
鳥取大学医学部卒業、国立小児病院(現:成育医療研究センター)アレルギー科勤務、東邦大学医療センター大橋病院小児科元准教授、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★大阪府 血液型★B型
趣味★写真 ゲンキのモト★家族

主な紹介病院
●東邦大学医療センター大橋病院●自衛隊中央病院●国立成育医療研究センター●聖母病院

設備・検査・対応

●点滴対応●吸入器対応●迅速診断(インフルエンザ、溶連菌、アデノウイルス、マイコプラズマ)●アレルギー検査(皮膚テスト、血液検査、食物負荷試験)
●栄養相談

■乳児健診/予防接種(予約制) 月~金15:00~15:30

大人OK! 駐車場 院内・院外 セミナー 車いす可能 英語可能 漢方治療 女医在籍 隔離室あり 空気設備 病児保育 プレイスペース オムツ替えスペース 授乳スペース 院内土足 交通 「中丸小学校」バス停より徒歩1分

三軒茶屋

育児支援に力を入れた 夢のような小児科さん☆

い なみ小児科さんが移転リニューアルしたと聞き、再び取材に伺いました。2階にクリニック、3階には病児保育室、さらに2016年の夏から1階でおでかけ広場がオープンするという充実ぶり! 赤ちゃんのワクチンデビューにぴったりな「ワクチン外来」や、ベビーマッサージなど、専門外来も大人気です☆昨年からこちらで診療されている吉岡先生は「病気のとき本人は辛いもの。周りが笑顔で安心させてあげることが大切です」と終始笑顔でお話してくださいました。ママも子どももホッとしてしまう素敵なおクリニックです☆

ミカコの取材日記



先生の得意分野 稲見先生:アレルギー、小児腎臓。市橋先生:小児神経、発達障がい。吉岡先生:子育て支援、小児科全般
診療について心がけていること 吉岡先生:説明をキチンとして治療のゴールを示すことで、安心してもらえる診療を心がけています。



Doctor's Profile

中央 院長 稲見 誠先生 (66歳)
日本大学医学部卒業、日本小児科学会認定小児科専門医
趣味★読書

右 副院長 市橋 いずみ先生
昭和大学医学部卒業、日本小児科学会認定小児科専門医
趣味★散歩

左 吉岡 淑隆先生 (34歳)
杏林大学医学部卒業、日本小児科学会認定小児科専門医、PALSプロバイダー 趣味★サッカー

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●国立成育医療研究センター●自衛隊中央病院

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)●アレルギー検査(血液)●栄養相談●神経・発達・夜尿症外来

医療法人社団シンセリテイ いなみ小児科

小児科
03-3421-4885

診療時間
月 火 水 木 金 土 日祝
9:00~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○
15:30~19:00 ○ ○ ○ ○ ○ ☆

★土午後13:30~15:00
●〒154-0002
東京都世田谷区下馬3-10-7
●駐車場あり 4台
●<http://www.inami-shounika.jp/>

■乳児健診/予防接種(予約制) 月~金14:00~15:00

予約について 直接来院。予防接種、乳児健診、専門外来はご予約ください。



笹塚

交通 京王線 笹塚駅より徒歩15分
「新山小学校」バス停より徒歩2分

かずえキッズ
クリニック

小児科
03-3376-1662

診療時間
月 火 水 木 金 土 日 祝
9:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ☆ —
16:00~18:30 ○ ○ ○ ○ — —

☆土午前9:00~12:30
〒151-0072
東京都渋谷区幡ヶ谷3-81-7
●駐車場あり 2台
●http://homepage2.nifty.com/kazue-kids-clinic/index.html

予約について 予約優先。初診は
窓口までお電話ください。再診から
インターネットにて予約が可能です。

新医院にて診療中! 心から
子育てを応援してくれる先生☆

ゲンキのモトがお世話になっ
ている、かずえキッズクリ
ニックさんが今年の夏にリニュー
アル! 新医院さんにお邪魔してき
ました。院内はスタッフさん手作りの
可愛いキャラクターがあちこちに♪計測室も設けら
れ、ベビーは月に1度、身長体重を測ってもらえます。
病気だけでなくママの育児を全面的に応援してくださる、
一恵先生!!先生にお会いする度にいつも勇気づけられま
す。ちょっとしたことでキチンと受け止めて一緒に考え
てくれるので、育児に行き詰まったときは、ぜひ相談し
てみてくださいね☆



先生の得意分野 育児学、喘息、アレルギー、腎臓
診療について心がけていること 薬に頼りすぎず、ママと子
どもの持っている力を最大限引き出すような診療を心がけています。

大人OK! 予約制 院内・院外 セミナー 英語可能 漢方治療 女医在籍 院内スリッパ 隔離室あり 空気洗浄機設置 オムツ替えスペース 授乳スペース



Doctor's Profile

川上一恵先生
筑波大学医学部卒業、同大学院修了、筑波大学附
属病院勤務、日立製作所水戸総合病院勤務、茨城県
立こども病院勤務、日本小児科学会認定小児科専門医、
子どもの心相談医
趣味●ジョギング、ウォーキング、サイクリング、手芸(刺繍、編み物)
ゲンキのモト●やりたいことをやる!

主な紹介病院 ●東京医科大学病院 ●JR東京総合
病院 ●日本赤十字社医療センター

設備・検査・対応
●レントゲン ●心電図 ●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)

■乳児健診(予約制) 月水木金土9:00~11:00
■予防接種(予約制)
月水木金土9:00~11:30、月水木金16:00~18:00

新井
薬師前

交通 西武新宿線 新井薬師前駅より徒歩7分

三輪小児科医院

小児科
03-3386-5729

診療時間
月 火 水 木 金 土 日 祝
9:00~11:45 ○ ○ ○ ○ ○ ○ —
15:00~17:45 ○ ○ ○ ○ ○ ○ —

●〒165-0026
東京都中野区新井5-9-6
●駐車場あり 1台

予約について 基本、直接来院。ただし、生後2ヶ
月時の初回予防接種は要予約。

地域密着で幅広く子育て支援
をされています!

かねてから、予防接種の啓
発活動や小児科学会で三
輪先生をお見かけしておりましたが…今回は念願かなっての取材
と相なりました! おだやかで優しく、
寄り添ってお話して下さる先生☆多くのママたちが先
生を慕って訪れるのもナットクです。先生は患者さんである
重度心身障害児の発達支援を始め、さらには認知症
のお年寄りのサポート団体の支援もされています!「今後も、
子供たちの成長をサポートすべく、様々な活動でご
一緒できたらいいですね」とたくさんのお話をさせていた
だきました!



先生の得意分野 小児科一般
診療について心がけていること 患者さんと同様立場、同じ目線で診察にあたっています。

大人OK! 予約制 院内・院外 セミナー 英語可能 漢方治療 女医在籍 院内スリッパ 隔離室あり ベビーベッド 院内土足



Doctor's Profile

三輪 操子先生
東京女子医科大学卒業、国立仙台病院勤務、東北大学
医学部小児科勤務、聖路加国際病院勤務、日本小児科
学会認定小児科専門医
出身地●東京都中野区 血液型●O型
休日の過ごし方●のんびりと過ごす
ゲンキのモト●子どもたちに会うこと

主な紹介病院 ●河北総合病院 ●聖路加国際病院
●国立国際医療研究センター ●東京医科大学病院

設備・検査・対応
●吸入器対応 ●迅速診断(血球算定、インフルエ
ンザ、溶レン菌) ●アレルギー検査(血液検査) ●栄
養相談 ●母乳外来

■乳児健診/予防接種(予約制)
火・水・金13:30~14:30 ※予防接種は生後2ヶ月時
の初回の必要予約。予約は電話にて受け付けます

大人OK! 予約制 院内・院外 セミナー 英語可能 漢方治療 女医在籍 院内スリッパ 隔離室あり プレイスペース オムツ替えスペース 授乳スペース

赤ちゃんから20才頃まで。大人
になるまで診ていただけます!

「治療前におもちゃを使って
説明すると、子どもたちも
理解し、協力的になってくれます」
と、にこやかな齋藤先生。あえて白
衣は着用せず、香り付きの吸入マ
スクや注射後のイラスト入りシールなど、楽しく受診でき
るよう随所に工夫されています。地域の子どもの成長を
一緒に見ていきたいと2014年に開院。「ご家族のサ
ポートをしながら、そのご一家、ひいては地域もみてけれ
たら嬉しいですね」思春期小児科も標榜されており、心理
士のカウンセリングも2016年3月より導入予定。子育て
世代が多く住む街のまさに力強いサポーターです!



先生の得意分野 小児科全般、小児がん
診療について心がけていること お話をよく聞き、見立てた結果を丁寧にお話しています。

交通 西武池袋線 大泉学園駅より徒歩4分

大泉
学園大泉学園こども・
思春期クリニック

小児科、思春期小児科
03-5935-7861

診療時間
月 火 水 木 金 土 日 祝
8:30~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ☆ —
15:30~18:30 ○ ○ ○ ○ ○ — —

☆8:30~11:30
●〒178-0063
東京都練馬区東大泉6-47-18
ドクターズポート大泉学園
●駐車場 患者さんには近隣コインパー
キング1時間分の無料チケット配布
●http://oizumi-kodomo.com/

予約について PC、携帯から診療
予約が可能(30分刻みの時間帯予
約)。直接来院も可。スマホが診察
券になるアプリも(再診のみ)。



Doctor's Profile

齋藤 正博先生(51歳)
順天堂大学医学部卒業、神戸市立中央市民病院勤務、
順天堂大学医学部小児科入局、国立小児病院留学、日
本小児科学会認定小児科専門医、子どもの心相談医
趣味●スポーツ(ジムでトレーニング・水泳・ジョギングなど)
ゲンキのモト●子どもと家族の笑顔

主な紹介病院 ●順天堂大学医学部附属練馬病院 ●日本
大学医学部附属板橋病院 ●大泉生協病院 ●練馬光が丘病院

設備・検査・対応
●吸入器対応 ●鼻吸引 ●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、ヒトメタニ
モウイルス、マイコプラズマなど) ●アレルギー検査(血液)

■乳児健診/予防接種(予約制)
月火水金10:30~12:00、月火水金14:30~15:30、
土11:30~13:00
※予防接種は3日前までに電話を、インフルエンザは随時受付

交通 東京メトロ三田線・半蔵門線、都営新宿線 神保町駅より徒歩2分

神保町

千代田区で数少ない小児科専
門医の先生です!

古本屋街で有名な神田神保町
で約60年続く由緒ある小児
科さんに伺いました。院長の加賀先生
のスケジュール帳を拝見すると、
保育園園医の仕事から往診まで毎
日びっしり!「町医者ですからね、患者さんの元に出向く
のも仕事。朝から晩まで働いています(笑)。多忙です
が、子どもたちにゲンキをもらっていますよ」と笑顔の先
生☆受付の方も、とても気さくにお話くださるので、ちょ
っとしたことでも相談できて安心です。「心配事があれば、
ぜひ気軽に来ていただけたら」とのこと。内科も診てくだ
さるので家族でお世話になれますね!



先生の得意分野 小児科一般
診療について心がけていること 初心を忘れず、いつも
心を配って診療にあたっています。分からない事は何度も診
て、必要なときはすぐに大学病院を紹介します。



Doctor's Profile

加賀 一兄先生(68歳)
日本医科大学卒業、同大学病院小児科入局、相模原
更生病院小児科勤務、森田病院勤務、日本小児科学
会認定小児科専門医
出身地●東京都千代田区
血液型●A型
趣味●ピアノ、ゴルフ
ゲンキのモト●仕事。朝から晩まで働いています。

主な紹介病院 ●日本大学病院 ●三楽病院 ●順天
堂大学医学部附属順天堂医院

設備・検査・対応
●レントゲン ●点滴対応 ●迅速診断(インフル
エンザ、溶レン菌、RSウイルス、アデノウイルス) ●アレ
ルギー検査(血液) ●栄養相談

■乳児健診/予防接種(予約制) 月~金15:30~16:00

加賀医院

小児科、内科
03-3291-9951

診療時間
月 火 水 木 金 土 日 祝
9:00~13:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ —
16:00~18:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○ —

●〒101-0051
東京都千代田区神田神保町1-35

予約について 電話にて予約。



保木間

東武スカイツリーライン 竹ノ塚駅より
東武バス15分「第四都営住宅」下車

医療法人社団 容生会
ほきまクリニック

小児科、整形外科、
リハビリテーション科
03-5831-3550

■診療時間(小児科)
月 火 水 木 金 土 日 祝
9:00~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ○
16:00~19:00 ☆ ○ ○ ○ ○ ○

☆16:00~18:00
●〒121-0064
東京都足立区保木間1-37-20
●駐車場あり 6台
●http://www.yosei.or.jp/
facilities/hokima/

予約について 直接来院。

地域のかかりつけ医として
頼れるクリニックさん

以前、取材させていただいた増田先生が理事長を務める容生会「ほきまクリニック」に2015年、小児科が開設されたことで伺いました! 院長の小児科専門医・松浦先生は、近隣の学校で校医もされています。「小児科はいわば、子どもの総合内科。プライマリーケアとしての役割をしっかりと果たし、かかりつけ医として日常のことなども幅広く相談にのっていきいたい」とのこと。こちらは整形外科やリハビリテーション科も併設されており、地域に根ざした医療活動を目指し「新生児から高齢者まで」を実現されているクリニックさんでした!



先生の得意分野 小児科一般、予防接種

診療について心がけていること わかりやすく説明をし、お子さんが怖がらないように心がけて診療しています。

みかこの
取材日記



Doctor's Profile

松浦 東吾先生(35歳)
昭和大学医学部卒業、横須賀市立うまわち病院、練馬光が丘病院勤務、日本小児科学会認定小児科専門医
趣味●読書 ●ゲキのモト●子どもたちの笑顔

主な紹介病院 ●博慈会記念総合病院●東京女子医科大学東医療センター●東部地域病院●東京慈恵会医科大学葛飾医療センターなど

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、酸素飽和度)●アレルギー検査(血液検査、食物負荷試験)●エビデン処方

■乳児健診/予防接種(予約制)

月・水・木・金の14:00~16:00 電話にて予約。インフルエンザ予防接種のみ当日予約可能。通常の診療時間内でも対応しています。

保谷

西武池袋線
保谷駅より徒歩7分

さいとう小児科内科
クリニック

小児科、内科、アレルギー科
042-421-7201

■診療時間
月 火 水 木 金 土 日 祝
8:30~12:00 ○ ○ ○ ○ ☆ ☆
15:30~19:00 ○ ○ ○ ○ ☆ ○

☆木曜 9:00~12:00 / 16:00~19:00
☆土曜 8:00~12:00
●〒202-0004
東京都西東京市保谷4-2-21
●駐車場あり 20台
●http://www.saitoh-clinic.com/

予約について
WEBまたは予約専用電話(042-438-2552)にてご予約ください。

ママ達に絶大な信頼!!
病児保育も行っています

地域医療の充実を大切にしている齊藤先生! 事実、昨年9月の大型連休も診療を続けられたとか...「大型連休は地域医療の盲点。主治医の休診が続くと適切な治療が受けられず、入院のケースもあります。それを補うべく、主治医に代わる“一人の医師”による診療ができればと思いました。実際、入院をまぬがれた患者さんが10人ほどいたので、その必要性をひしひしと感じましたね」ここでは歯科相談や食物負荷試験などの特別外来や病児保育も充実。近所に住むゲキのモトスタッフからも「頼れるクリニックさんと評判!」とのことでした☆



先生の得意分野 感染症、予防接種、アレルギー、小児腎臓病

診療について心がけていること それぞれの患者さんにちょうど良く合った過不足のない治療を心がけています。

ゆりの
取材日記

エントランス
のお花たちも
キレイ!!



Doctor's Profile

さいとうのふか
齊藤 喜親先生(68歳)
東京医科歯科大学医学部卒業、同大医学部小児科学教室入局、朝霞中央総合病院勤務、佐々総合病院元小児科医長、日本小児科学会認定小児科専門医、子どもの心相談医
趣味●クラシック音楽、ワイン ●ゲキのモト●好奇心をもつこと!

主な紹介病院 ●順天堂大学医学部附属練馬病院 ●多摩北部医療センター ●武蔵野赤十字病院

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、ノロウイルス、ヒトメタニューモウイルス)●食物負荷試験 ●歯科無料相談

■乳児健診(予約制)

月14:00~15:00、水14:30~15:00、金14:30~15:00
■予防接種(予約制) 木曜午前以外の一般診療時間内にて。土13:00~14:00にも実施。

小机

JR横浜線
小机駅より徒歩7分



小児専門の在宅医療を行っています!

「小学生の頃、病気や障がいのために学校に通えない子どもたちがいることを知り、医師を志しました」と、あい先生。2015年、在宅ケアが必要なお子さんやご家族、子育てに励むママ達を応援したい! という思いからご自身の診療所を開院されました。看板や内装づくりには患者さんのパパママ達が参加され、とても温もりある空間に。優しいクリニックの雰囲気にも子どもたちが保育園と勘違いすることもあるそうです。月・火曜は福島で、水曜以降は横浜で診療。【認めあい・支えあい・みんなでつくる】を理念に、先生は日々子ども達と共に歩んでいます。

先生の得意分野 在宅医療、赤ちゃんの診療

診療について心がけていること 病院に来て良かった! と実感してもらえるよう診療にあたっています。



「障害なくても家族もみんな笑顔」がモットー!

ゆりの
取材日記



Doctor's Profile

かたおか あい
片岡 愛先生
福島県立医科大学医学部卒業、同小児科入局(NICU勤務)、神奈川県立こども医療センター総合診療科勤務、東京医科歯科大学小児科NICU勤務、こども在宅クリニックあおぞら診療所墨田勤務、日本小児科学会認定小児科専門医
出身地●福島県 ●血液型●B型
趣味●8歳の頃から続けている書道 ●ゲキのモト●みんなの笑顔

主な紹介病院 ●横浜労災病院 ●神奈川県立こども医療センター

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)●シナジス●栄養相談 ●在宅管理(気管切開、呼吸器、胃ろう、鼻経管栄養など)

■乳児健診/予防接種(予約制)
診療時間内に随時。要電話予約。

あい診療所

小児科、内科、訪問診療(小児).....
045-595-9481

■診療時間
月 火 水 木 金 土 日 祝
9:00~11:00 ○ ○ ○ ○ ○ ○
11:00~15:30 ○ ○ ☆ ☆ ☆ ☆
15:30~17:30 ○ ○ ☆ ○ ○ ○

☆☆訪問診療のみ
※受付時間は終了の15分前まで
●〒222-0035
神奈川県横浜市港北区鳥山町1018
●駐車場あり 2台
●http://あい診療所.yokohama/

予約について インターネット、電話にて予約。直接来院も可。



みずほ台

東武鉄道東上線
みずほ台駅より徒歩5分

おだやかで優しくお話し
くださる先生です☆

可愛いとがり屋根が目印の小児科医院さん! 広々とした吹き抜けのキッズスペースは子どもたちに大人気です。「帰りがたらないお子さん多いですね」と微笑む院長の小木曾先生は、地元の幼稚園や小学校のドクターでもあり、ずっと地元密着でお子さんを診ていらっしやいます。スタッフの皆さんも子育てを経験されている方ばかりなので、「待ち合い中の雑談にもちょっとした相談事など気軽に話せる雰囲気が嬉しい」とママたちに評判だとか。2016年4月には病児保育室も併設予定とのことなので、また取材に伺えたらと楽しみにしています!



先生の得意分野 小児神経、血管疾患、発達

診療について心がけていること お母さんの悩みに耳を傾け、丁寧な説明を心がけています。

ルナちゃん
ママの
取材日記



Doctor's Profile

おぎそ まさひろ
小本曾 正勝先生(63歳)
東京医科歯科大学卒業、同大小児科学教室入局、茨城県土浦協同病院勤務、瀬川神経学クリニック(現:小児神経学クリニック)勤務、草加市立病院勤務、朝霞中央総合病院勤務、日本小児科学会認定小児科専門医
出身地●長野県 ●血液型●O型
趣味●ゴルフ、読書 ●ゲキのモト●6人の孫と愛犬

主な紹介病院 ●イムス富士見総合病院 ●防衛医科大学校病院 ●埼玉医科大学総合医療センター

設備・検査・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、アデノウイルス、マイコプラズマ)

■乳児健診 一般診療時間内にて対応

■予防接種 月火水金8:30~9:00 / 14:30~15:00

おぎそ小児科医院

小児科、小児皮膚科、
アレルギー科、小児神経科
049-255-2000

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

☆土午後14:00~16:00
●〒354-0015
埼玉県富士見市東みずほ台2-16-10
●駐車場あり 15台
●http://www.ogiso-children-clinic.jp/

予約について 直接来院のみ。



三軒茶屋

交通 東急田園都市線
三軒茶屋駅より徒歩8分



医療法人社団シンセリティ
三茶おはな耳鼻科
小児耳鼻咽喉科、耳鼻咽喉科
03-3418-3387

■診療時間
月 火 水 木 金 土 日 祝
8:30~12:30 ○ ○ ○ ○ ○ ☆
14:00~18:30 ○ ○ ○ ○ ○
☆9:00~13:00
●〒154-0024
東京都世田谷区三軒茶屋1-13-7-3F
●駐車場 近隣にコインパーキングあり
●http://www.ohana-ent.com/

予約について 直接来院。



こんな先生に会いたかった☆ ママ目線の診療に安心感◎

子どもってすぐに鼻水が出たり中耳炎になったり困りますよね?そこで、通いやすい、かかりつけ耳鼻科を探しているならコチラ! 2016年3月3日にオープンした「三茶おはな耳鼻科」さん。キレイな院内はもちろん、なにより院長の松尾先生が本当に素敵! いつもゲンキいっぱい、ママ目線の診療をしてくれるから、ちょっとした気配りも相談しやすいです! 「乳幼児の場合、『理由は分からないけれど、いつもとなんだか様子が違う』そう思ったらずぐに受診を! 地域の駆け込み寺的存在で使ってくださいね」と温かいメッセージをいただきました!

みかこの
取材日記



ゲンキをもらえる素敵な先生です☆

先生の得意分野 小児耳鼻咽喉科、耳鼻咽喉科全般
診療について心がけていること 元気といやしを与える
ドクターとして患者さんと向き合っていけたらと思います。

Doctor's Profile

松尾 有希子先生 (45歳)
聖マリアンナ医科大学卒業、同大附属病院耳鼻咽喉科勤務
学教室入局、町田市民病院耳鼻咽喉科勤務
出身地 ●東京都世田谷区
血液型 ●AB型
趣味 ●テニス、娘とランチ、勉強
ゲンキのモト ●スタッフ、患者さんの笑顔

主な紹介病院 ●聖マリアンナ医科大学病院 ●東京医療センター ●東邦大学医療センター大橋病院 ●国立成育医療研究センター ●自衛隊中央病院

設備・検査・対応

●耳手術用顕微鏡 ●レーザー治療 ●ティンパノメトリー ●聴力検査 ●電子内視鏡 ●レントゲン ●鼓膜切開 ●チューピング ●点滴対応

■美容点滴 ■ピアス外来 詳しくはご相談ください。



Doctor's Profile

鈴木 吾登武先生 (54歳)
昭和大学医学部卒業、同大学病院耳鼻咽喉科勤務、関東労災病院勤務、横浜労災病院勤務、昭和大学病院耳鼻咽喉科兼任講師、日本耳鼻咽喉科学会認定耳鼻咽喉科専門医、日本気管食道学会認定気管食道科専門医
出身地 ●東京都大田区 血液型 ●B型
趣味 ●映画鑑賞、音楽鑑賞、ゴルフ、水泳
ゲンキのモト ●自宅のホームシアターで音楽や映画を楽しむこと

「各種中耳炎」「声」の診療を得意とされています

主な紹介病院 ●荏原病院 ●昭和大学病院 ●東邦大学医療センター大森病院など

設備・検査・対応

●耳手術用顕微鏡 ●ティンパノメトリー ●聴力検査 ●電子内視鏡 ●喉頭ストロボ ●各種鼓膜手術

雪が谷大塚

交通 東急池上線 雪が谷大塚駅より徒歩6分

鈴木耳鼻咽喉科
クリニック
耳鼻咽喉科
03-3729-8733

■診療時間
月 火 水 木 金 土 日 祝
9:00~12:00 ○ ○ ○ ○ ○ ☆
15:00~18:30 ○ ○ ○ ○ ○
☆9:00~13:00
●〒145-0066
東京都大田区南雪谷2-20-10
●http://atomusuzuki-ent.com/

予約について インターネットもしくは【予約電話】050-5577-1086にて。初診は直接来院。
午前分は 8:00~11:30まで。
午後分は 12:00~17:30まで。



お一人ずつ丁寧な診療がモットーの先生!

子どもの滲出性中耳炎、急性中耳炎に悩まされること、多いですね。これは鼻の症状に伴って状態が変わるそうです。「鼻の処置や内服外用治療で軽快する場合がありますが、難治性の場合は鼓膜切開をする時もあります。そこで毎回耳の状態を一緒に見て、治療内容に納得していただいています」きちんと説明することは治療の第一歩。そのため予約制をとっているそうです。「多くの患者様が来てくださり予約が取りづらく申し訳ないのですが、ぜひご理解いただけたら」とのことでした。子どもたちにも「アトム先生」と人気! まさに「地域の味方」の先生ですね!

ゆりの
取材日記



画面で説明してくれて、とてもわかりやすい!

先生の得意分野 中耳炎、のど、声のトラブル
診療について心がけていること 症状のある部位を可能な限り画像で確認していただいた上で、原因をお伝えし、納得して帰っていただけるよう心がけています。



親子で通いやすい! 大人気の耳鼻科クリニック☆

病院でなんの説明もなく、ただ薬だけ出されてガッカリした経験はありませんか?こちらなら、そんな心配は無用です! 院長の池本先生は、限られた診察時間の中でも、いつも患者さんとの対話を大切にされています。目を見ながらキチンと患者さんのお話を聞き、処置をしながら病気を治療についてしっかりと説明する診療姿勢に、クリニックを訪れる患者さんは後を絶ちません! 広々とした院内や、DVDの流れるプレイスペースなど、子連れでも通いやすい雰囲気も嬉しい限り! 評判に納得のクリニックさんでした!

やえの
取材日記



先生の得意分野 耳鼻咽喉科全般
診療について心がけていること キチンと説明して、患者さんが納得して安心できるような診療を心がけています。

交通 東武スカイツリーライン
草加駅より徒歩10分

草加

いけもと耳鼻咽喉科
クリニック
耳鼻咽喉科
048-924-3886

■診療時間
月 火 水 木 金 土 日 祝
9:00~12:30 ○ ○ ○ ○ ○
15:00~18:30 ○ ○ ○ ○ ○
●〒340-0034
埼玉県草加市氷川町821
草加メディカルプラザ
●駐車場あり 17台
●http://ikemoto-clinic.com

予約について 初診から、アイチケットによる当日の順番取り予約を実施。電話予約もしています。



Doctor's Profile

池本 佳司先生 (49歳)
防衛医科大学校医学研究科卒業、防衛医科大学校病院勤務、自衛隊中央病院勤務、自衛隊札幌病院勤務、医学博士
出身地 ●長崎県
血液型 ●O型
趣味 ●オペラ、ギター演奏
ゲンキのモト ●家族

主な紹介病院 ●獨協医科大学越谷病院 ●草加市立病院

設備・検査・対応

●レーザー治療 ●ティンパノメトリー ●聴力検査 ●電子内視鏡 ●鼓膜切開 ●チューピング

■特別外来
補聴器相談 毎月第1、3、5週の金曜日10:00~

いこいば メディカフェ医憩場に行ってきました★

大田区にある池上総合病院の1階に医療とのコラボレーションカフェ「メディカフェ医憩場」があります。実は、以前池上総合病院に勤務していた小児科医の自見はなこ先生が、患者さん・家族に寄り添いたい、「医療迷子」の不安を解消したい、といった強い思いから立ち上げた「病院で健康になる」新しい取り組みなのです。



自見 はなこ先生
虎の門病院小児科(非常勤)、
NPO子育てアドバイザー協会理事



障害者の自立を支援しているスワンベーカーのものを20種類扱っていて、ゆくゆくは、さらなる障害者支援を模索中だそうです。

メディカフェ医憩場
03-3755-3977
医療法人社団 松和会
池上総合病院 A棟1階
●営業時間 月~金 7:30~18:00
●〒146-8531
東京都大田区池上6-1-19

成人では野菜を1日350mg摂取することが必要ですが、こちらの野菜スムージーは1つで250mgの野菜を摂取出来るのです!

注文方法が
とても簡単☆

最短2時間で
届けて
くれます

芯温浴プロジェクト 2WAY玄米ちゃん

電子レンジで加熱してお腹や腰にあて
るだけで、天然の蒸気が体の芯から温
めてくれます! 冷凍庫に入れてクーリ
ングパッドとしても使えます。夏の寝苦し
い夜にちょうど良いです!

芯温浴プロジェクト
www.shinonyoku.com/

看護師
ママの声から
生まれました

肩や腰に巻ける
「ながら玄米ちゃん」
もあります!

お掃除も
ラクラク!
助かります

iRobot ルンバ622

ついに念願のルンバが我が家に
☆ 私の誕生日に家族からプレゼ
ントしてもらいました。以前使ったこ
のある他のお掃除ロボットと比べ
て、断然使い勝手が良いです。段
差もスイスイ乗り越えてくれます。イ
アロボット
www.irobot-jp.com/

boocoo おむたく

知人が始めたおむつの宅配サービスです! 電話1本で
当日に届けてもらえるのでとても助かっています! 1個か
ら送料無料で届けてくれます☆「ゲンキのモトを見た」
と連絡を頂ければ初回100円引きしてくれるそうです!

(株)boocoo omutaku.com/

宅配エリア 中野区・板橋区・練馬区・豊島区・新宿区・杉並区
※2016年3月15日現在

三男
祝1才!
みかこ編集長の

オススメしたい モノ&コト

一昨年に出産した三男も、ついに1才! 大好評につき今回も引き続き、
使ってよかったアイテムや読者の皆さんへのオススメ情報をお伝えしま
す★育児で忙しい読者の皆さまのお役に立てたら嬉しいです!

お昼に息抜き! 充実ランチ

取材の合間に、ちょっと贅沢して息抜きしています☆
自分へのご褒美におすすめのランチをご紹介します。

オリエンタルホテル 東京ベイ ランチbuffe

店内にテレビモニターが設置されていて、
キッズルームの様子を常に確認できます。
パパママも安心してbuffeを楽しめますよ!



レストラン「グランサンク」
予約:047-350-8561 (9:00~20:00)

赤坂エクセルホテル東急 オムレツサンド

落ち着いた雰囲気でお祝いランチ☆ふわ
ふわのオムレツとこんがりトーストが絶妙!! ピ
クルスと揚げたてポテトとの相性も◎



赤坂スクエアダイニング
予約:03-3580-2331 (10:00~20:00)

トリュフ
風味で
大人の味!

試してみて欲しいこと

スマホアプリ 君とのキオク



産婦人科の
先生が作った
アプリ

妊娠中の赤ちゃんママの交換日記。毎
週つづった赤ちゃんへの愛情を一冊の絵
本にして、いつか大きくなったお子様へ
プレゼントしてはいかがでしょうか。

App storeで
販売中!



1才の誕生日にやってよかったコト★



かわいい
手足の型を
残せます



ガラス作家 依田淳子 ガラスの手型・足型

お誕生日の記念に作りました! オシャレでとっても可
愛いです。ガラス作家の依田さんが我が家に来て、
足型を取ってくれました。

依田淳子 OfficialHomePage
www.baby-hands.com/baby.htm

ボンパドウル 一升パン

1才のお誕生日を祝う一升餅。我が家は大好き
なパンでお祝いました! フランスパン生地の可
愛い「一升パン」は、お餅よりも家族で分けやす
かったです! あまりの大きさに背負えませんでした
が良い思い出になりました!

(株)ボンパドウル
www.pompadour.co.jp
予約販売 (1週間前まで)

パンなら
普通の食事に
使えます



リシュマム オリジナルリュック

名前入りのオリジナルリュックも作って
もらいました! 私が選んだ「パッチタイプ」は
期間限定品なのですが、色々な生地や
デザインから好みのものが選べます。やさ
しい布の触り心地もお気に入り☆

リシュマム
オンラインストア www.lisur-s.com/

息子だけの
オリジナル
リュック

予防接種

定期接種はもちろん、任意の予防接種も
重要度が低いワクチンではありません。
皆さんキチンと受けていますか?

P18

ラクトフェリン

息子は1才を迎えましたが、まだまだ手が
離せません! 忙しくても美肌を維持して
いるママ達のスキンケアをご紹介します!

P22

OXO Tot ストロー&シッピーカップ クリーニングセット

哺乳瓶の細かい汚れがキレイに落とせ
るので助かってます! 以前から気にな
っていたストローや鼻水器の管の汚れも、
細長いブラシでキレイにお掃除出来
るので重宝しています。

OXO(オクソー)
www.oxo.com



3つの
ブラシを使い
分けてます!



魚グリルを
汚さずに
使えて便利

アサヒ軽金属 スペースパン

魚焼きグリルを活用できるノンフライ調
理器が大活躍! オーブトースターより
火力が強いので魚もカリッと、照り焼き
チキンもこんがり出来上がります! 最
近では焼き芋づくりにハマっています。

アサヒ軽金属工業株式会社
www.asahi-kei.co.jp/space/

うるのん ウォーターサーバー

長男次男のリクエストで、「ドラえもんカ
バー」がもらえる「うるのん」を選びました
(当時のキャンペーン特典)。申し込み
時に様々なキャンペーンがあり、現在
は「ドラえもんバスタオル」がもらえるよ
うです。チェックしてみてください!

(株)TOKAI ulunom.tokai.jp

※2016年3月31日までのキャンペーン特典です。



狭いスペース
にも置ける
卓上タイプ



© 藤子プロ・小学館・テレビ朝日・シンエイ・ADK



細部小児科クリニック
院長 細部 千晴先生



オススメしたいコト!

任意の
予防接種は打っ
た方がいいの?

これはハズせない!

3つの任意予防接種

怖い病気を予防するワクチンは任意でも打つべきです!!

ぜひ接種してほしい、3つの任意接種について細部先生にお聞きました。



B型肝炎ってなに?

ウイルスでかかる 肝臓の病気!

「肝炎」と聞くと、飲み過ぎ・食べ過ぎが原因の病気を想像するのでは? それはアルコール性肝炎と脂肪性肝炎のこと。それらとは別にウイルス感染が原因の肝炎があり、B型肝炎もそのひとつです。感染力がとても強く、子どもの場合、**症状が軽くわかりにくく、肝硬変や肝がんを引き起こすケースがあります。**

胃腸炎はワクチンでも防げるの?

ロタウイルスなら 予防できます!

胃腸炎を引き起こすウイルスは沢山ありますが、その中でもワクチンで予防できる唯一の病気がロタウイルス胃腸炎です。米のとぎ汁のような水溶性の下痢や嘔吐を繰り返し、**脱水症状、脳炎、腎障害を引き起こす場合もあります。**

1才までは特に注意!!

一度かかっても
繰り返し感染

生まれたばかりで
下痢、嘔吐、心配だわ...

初めて感染したときが
一番重症化しやすいため、

**早い段階で予防接種を
受けることが大切!!**

ロタウイルスワクチン

生
ワクチン

経口

生後6週~
接種可能

副反応 腸重積の
リスクを下げるため、
初回接種は生後
3ヶ月半までに済ませ
ることをおすすめす。
接種後1週間は
下血に注意。



1才までに
3人に1人が
感染!!



ロタ
ウイルス

毎年流行
冬~春!!

**乳幼児の胃腸炎入院
約半数はロタが原因!!**

3才までは特に注意!!

感染した

●水平感染
パパ
おばあちゃん
お友達
母子感染...現在は出産時に
防止策がとられています
コレでうつる! 血液、唾液、汗、涙

キャリアになる可能性

●0才児
90%
生涯にわたり定期的な検査が必要
●1~4才児
25~50%



将来、肝硬変や肝がんを
発症すること!!

B型肝炎ワクチン

日本の予防接種施策は
遅れている!!

**世界の94%が
定期接種!**
(2013年時点)

世界で初めて登場した「がんを
予防できるワクチン」といわれて
おり、世界のほとんどの国では、
生まれてすぐにB型肝炎ワクチ
ンの3回接種を受けています。

集団生活も安心♡

不活化
ワクチン

注射

2ヶ月~
接種可能

副反応 接種部位の腫れ、発熱、発疹、吐き気など。重大な副反応
の報告はないが、38℃以上の熱が1日以上続く場合は受診を。

おたふくかぜって怖い 病気なの?

合併症で障がいが 残ることも!!

おたふくかぜは、耳や顎の下の腫れや痛み、発熱などが1週
間ほど続くケースがふつうですが、**問題となるのはその合
併症です。** 髄膜炎や難聴、精巣炎、卵巣炎、膵炎などを
引き起こすことがあり、特に難聴は一生治らない障がいとして
残ります。子どもだけでなく大人も感染してしまうのが特徴です。

合併症の可能性も!!

**ムンプス難聴
治療法はナシ!!**

子ども、大人も要注意!!

コレで
うつる!

せき、くしゃみ

治療は発熱や痛みを抑える
対症療法のみ

おたふくかぜワクチン

生
ワクチン

注射

1才~
接種可能

副反応 接種2~3
週間後に耳の下の
腫れや頭痛、微熱が
でることも。

予防接種Q&A

スケジュールを立てる前に知っておきたい!!

赤ちゃんのいるママであれば誰でも「予防接種は種類も回数も多くてちょっと大変そう」と思ってしまいますよね?そこで細部先生に予防接種の上手な受け方を教えていただきました。基本を知っておけば安心ですね!



Q 予防接種は定期接種だけで十分?

A 任意接種も必要です!

定期も任意も、重い病氣や後遺症を防ぐという目的は同じです。「任意接種=受けても受けなくても良いもの」という誤解は捨てましょう!



Q いつから接種すればいいの?

A ワクチンデビューは生後2ヶ月から!

0才児のワクチンは、種類も接種回数も多いので、スタートダッシュが肝心です!

0才から保育園に入れる予定だったので、**ロタワクチン**はいち早く飲ませました!



ワクチン体験ママ
赤坂 野恵さん
宗一郎くん(5才) 日向くん(2才)

任意接種にかかる費用は、**子どもの健康を守る必要経費**として割り切ってます♪



ワクチン体験ママ
矢口 奈々子さん
ここなちゃん(8ヶ月) るいくん(2才)

Q どこで接種すればいいの?

A かかりつけ医で接種しましょう!

母子健康手帳をもとにスケジュール等の相談に乗ってくれる、かかりつけ医を持ちましょう!

Q 接種の間隔はどのくらい空ければいい?

A ワクチンによって接種間隔が異なります!

●生ワクチン●
病原性を十分に弱めたものを接種して、病氣にかかった場合と同じように抵抗力(免疫)をつけようとするもの。

★27日の間隔を空けよう★

●不活化ワクチン●
細菌やウイルスを殺して毒性をなくし、抵抗力(免疫)をつけるのに必要な成分を取り出してワクチン化したもの。

★6日の間隔を空けよう★



1才になってからも**ワクチンの同時接種**をしています!

Q 種類がいっぱいで、間に合わない!

A 同時接種を取り入れましょう!

子どもの体調はいつも良いとは限らないので、必要な免疫をできるだけ早くつけるためにも同時接種は有効です。通院回数も減りママの負担も軽くなります。



1才になってすぐ接種する
●MR ●水痘 ●おたふく
●ヒブ ●小児肺炎球菌
同時接種の組み合わせも、ご相談下さい!

かかりつけ医と接種スケジュールを立てましょう!!

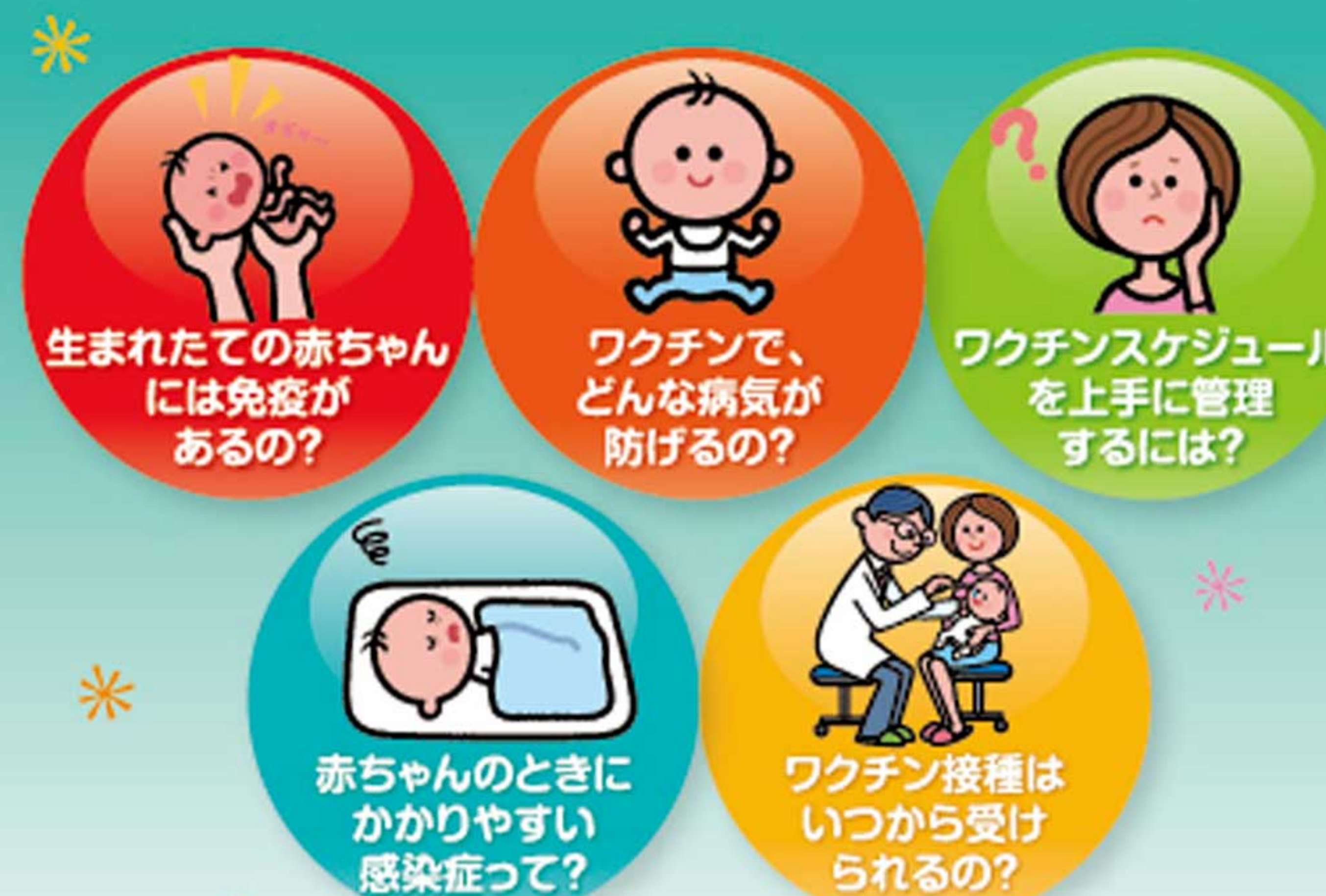


ラブベビ.jp LovesBaby.jp

ワクチンデビューは生後2ヶ月で!!

愛する赤ちゃんを守るための感染症&ワクチン情報サイト

“いつでも どこでも” ママに役立つ感染症とワクチンに関する情報サイト それが「ラブベビ」



ワクチンの詳しい解説やスケジュール管理に便利なツールが満載です。

パソコン スマホ ラブベビ 検索



スケジュール管理アプリ「ラブベビ手帳」 iPhone版 Android版

赤ちゃんの生年月日を入力するだけで、1歳までの接種スケジュールが簡単に作成できます。

「ラブベビ手帳」はこちらからダウンロードできます。



こちらに掲載されている医院さんは「過去10年間に取材した医院さん」です。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。※一部設置されていない医院さんもあります。

過去の取材記事は **WEB でチェック↓**

ゲンキのモトのお医者さん  で、検索してね!

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



スマホでも
見られるよ

産婦人科・婦人科

東京都

産婦人科

飯田橋レディースクリニック

03-3556-8333
飯田橋 / 千代田区飯田橋3-10-10 ガーデン・エア・タワー2F

四ッ谷レディースクリニック

03-3234-5343
四ッ谷 / 千代田区麹町6-4-14-2F

アイル女性クリニック

03-3534-0803
月島 / 中央区月島1-8-1 アイ・マークタワー203

いれした女性クリニック銀座

03-3562-1966
銀座一丁目 / 中央区銀座

対馬ルリ子女性クリニック

03-3538-0270
銀座一丁目 / 中央区銀座

赤枝六本木診療所

03-3405-1388
六本木 / 港区元麻布3-10-10

赤坂見附宮崎産婦人科

03-3478-6443
赤坂見附 / 港区赤坂

麻布十番まなみウ

03-3405-0928
麻布十番 / 港区麻布十番

神田第二クリニック

03-3402-0654
六本木 / 港区西麻布3-10-10

虎ノ門ウィメンズクリニック

03-3502-1211
虎ノ門 / 港区虎ノ門1-4-10

女性ライフクリニック

03-6273-1220
有明三丁目 / 新宿区新大塚

たつきクリニック

[女性科] 03-5348-7777
有明 / 新宿区西新宿7-1-1

誠ウィメンズクリニック

03-3513-0355
戸田川 / 文京区関口

あんずレディースクリニック

03-6456-1682
本町 / 墨田区吾妻橋2-3-9 ノエルビル2F

東峯婦人クリニック

03-3630-0303
本町 / 江東区本郷5-3-10

はなおかレディースクリニック

03-5767-5285
大塚 / 品川区南大井6-17-15 第二タマビル3F

育良クリニック

03-3792-4103
中目黒 / 目黒区上目黒1-26-1 中目黒アトラスタワー4F-5F

イノウエユキコ婦人クリニック

03-3760-0810
中目黒 / 目黒区中央町1-8-15 アパートメントイラカ1F

森田レディースクリニック

03-3760-0256
中目黒 / 目黒区中目黒1-1-18 イーストビル2F

塩口産婦人科医院

03-3758-3660
塩口 / 大田区塩の木2-16-10

とちぎクリニック

03-3777-7712
大塚 / 大田区山王2-19-8

こまざわレディースクリニック

03-6805-2881
駒沢大学 / 世田谷区駒沢1-19-8 アーバネスト駒沢2F

杉山産婦人科(代表)

03-5454-8181
[生殖医療科] 03-5454-5666 [産科・婦人科] 03-5454-3541
代田橋 / 世田谷区大原1-53-1

成城木下病院

03-3482-1702
成城 / 世田谷区成城6-13-20

成城マタニティクリニック

03-5727-5335
成城 / 世田谷区成城1-1-2

田中ウィメンズクリニック

03-3718-3181
田中 / 世田谷区成城1-1-2

しのぎクリニック

03-5966-2249
新大塚 / 豊島区長崎5-1-31 豊島ハイブ201

松本レディースクリニック 不妊センター

03-5958-5633
池袋 / 豊島区東池袋2-60-3 グレイスロタリービル1F

優レディースクリニック

03-3984-2278
池袋 / 豊島区西池袋3-25-11 第8志野ビル2F

赤羽レディースクリニック

03-5249-5651
赤羽 / 北区赤羽2-13-1 花川ビル2F

加藤産婦人科医院

03-3895-3521
町田 / 町田市町田2-9-21

みえこ女性クリニック

03-5943-1123
板橋区板橋 / 板橋区仲宿6-4-6 コスモ光ビル2F

扇内医院

03-3990-2111
板橋区板橋 / 板橋区板橋3-4-18

このページの
公開期限は
終了しました



神奈川県

産婦人科

医療法人 崎慈会 浅川産婦人科

045-581-3541
横浜 / 横浜市中区磯岡町22-15

本牧レディースクリニック

045-628-3077
三ツ沢 / 横浜市中区本牧和田12-22 2F

医療法人 崎慈会 浅川産婦人科

045-581-3541
横浜 / 横浜市中区磯岡町22-15

本牧レディースクリニック

045-628-3077
三ツ沢 / 横浜市中区本牧和田12-22 2F

医療法人 崎慈会 浅川産婦人科

045-581-3541
横浜 / 横浜市中区磯岡町22-15

本牧レディースクリニック

045-628-3077
三ツ沢 / 横浜市中区本牧和田12-22 2F

information

協会けんぽ 東京支部からのお知らせ

家族の健康を
守る

協会けんぽ(全国健康保険協会)は、主に中小企業で働く方とその家族の加入する **日本最大の健康保険** を運営しています。加入者が病気にかかった際にきちんと医療を受けられるよう、様々な取組みを進めています。

1

かかりつけ薬局を持ちましょう

かかりつけ薬局があれば、複数の医療機関にかかったとき、市販薬が飲みたいときなど、処方箋薬の重複や他の薬との飲み合わせなど、すぐに相談・対応してもらえます。とくに顔なじみのかかりつけの薬局が近所であれば、薬のことや健康のこともすぐに相談できるので、いざというときも安心です。



2

健康診断を受けていますか?

毎日の多忙にまぎれて健診は二の次になっていませんか? 家族にとってもゲンキなママが一番です。市区町村のクーポンやご主人の健康保険から補助を受けることも可能ですので、ぜひ、定期健診を受けて健康管理に努めましょう!



ゲンキのモトが
もらえます!

東京都の健診センターはこちら!

板橋区医師会病院 03-3975-1081	西早稲田クリニック 03-3232-6465	島村記念病院健診センター 03-3920-9788
人間ドック会館クリニック(上板橋病院) 03-3937-6256	JCHO 東京山手メディカルセンター(旧社会保険中央総合病院) 03-3364-0251	春日クリニック 03-3816-5840
イムス板橋健診クリニック 03-3967-1515	高戸橋クリニック 03-3200-1561	品川クリニック 03-6718-2816
医療法人社団 桐心会 林クリニック 03-3956-2090	東京都予防医学協会 03-3269-2190	芝健診センター 03-3431-7491
第二臨海クリニック 03-5658-3558	幸楽メディカルクリニック 03-3355-0308	大塚クリニック 03-6426-5933
京映会クリニック(京橋健診センター) 03-3678-5791	健診プラザ両国 0120-489-231	汐留健診クリニック 0120-40-1086
馬込中央診療所 健診センター 03-3773-6773	幸野メディカルクリニック 03-3483-8976	古川橋病院健診センター 03-3453-5013
池上総合病院 健診センター 0120-70-6081	浅草クリニック 03-3876-3600	新青山クリニック 03-3475-1181
葛飾健診センター 0120-489-231	医療法人社団 中央会 中島クリニック 03-3669-0287	日比谷公園クリニック 03-3595-0781
健診会 東京メディカルクリニック 0120-770-929	KKCウエルネス東京日本橋健診クリニック 050-3541-2529	みなと健診クリニック 03-5781-5020
花と森の東京病院 03-5567-1332	新日本橋石井クリニック 03-3662-5901	目黒ゆうあいクリニック 03-3710-6119
彩新会 台場健康管理センター 03-3713-5800	健診プラザ日本橋 0120-489-231	あきる台病院 042-559-5449
日本予防医学協会ウェルビーイング毛利 03-3635-5711	神田クリニック健康管理センター 03-3252-0763	医療法人社団 新町クリニック健康管理センター 0428-31-5312
東西線メディカルクリニック 03-3643-0077	神田キリスト教診療所 03-5283-8119	医療法人社団 鶴亀会 小金井つるかめクリニック 042-386-3757
協和メディカルクリニック 03-3648-4166	小川町メディカルクリニック 03-5848-4355	立川メディカルクリニック 042-525-7990
テオオーシービル診療所 03-3494-2491	千代田診療所 03-3291-0375	多摩海上ビル診療所 042-356-2222
全日本労働福祉協会 旗の台健診センター 03-3783-9411	東都クリニック 03-3239-0302	佐々総合病院健診センター 042-461-8383
恵比寿健診センター 03-5420-8015	九段クリニック 03-3222-0071	孫田クリニック 042-627-1175
クロス病院健診センター 03-3376-6450	丸の内クリニック 03-5223-8822	多摩丘陵病院 042-797-1512
パリュールHRビルクリニック 03-6380-1420	有楽町電気ビルクリニック 03-3213-0091	あけぼの病院 健診部 042-728-4010
フィオーレ健診クリニック 03-5287-6211	こころとからだの元氣プラザ 03-5210-6636	健診スクエア武蔵境 まつもとファミリークリニック 0422-39-5315
新宿健診プラザ 03-3209-0211	霞が関ビル診療所 03-3239-0017	野村病院予防医学センター 0422-47-8811
美善診療所成人病医学センター 03-3350-6731	アーバンハイブクリニック 03-3946-6721	
総合健診センター ヘルチェック 新宿西口センター 03-3345-7766	古藤クリニック 03-3229-6582	
総合健診センター ヘルチェック レディース新宿 03-3345-7766	中野共立病院附属健診センター 03-3386-9106	
	練馬総合病院 03-5988-2246	
	ススキ病院健診センター 03-3557-3003	
	練馬区医師会医療健診センター 03-3997-6934	

ママも
健診に行こう!

ゲンキのモトvol.43 PRESENT

応募方法は2通り

①巻末のハガキから ②WEB・QRコードから

応募はWEB・ハガキ合わせてお1人様1通のみ有効です。

●商品の当選は、発送をもってかえさせていただきます。読者の情報は、商品の発送および編集の参考、イベントのご連絡や定期配送、メルマガ配信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5月25日となります。●商品の色はお選びできません。



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

A オリエンタルホテル 東京ベイ
「グランサンク」ランチbuffe券

1組
2名様



キッズルーム
はモニターで
見守れる☆

60種類以上の料理が食べ放題のホテルbuffe★店内には「キッズルーム」や、土・日・祝日限定で、子ども大興奮のキッズbuffeコーナーもあります。子どもにも、パパママにも配慮された優しいホテルです♪
●オリエンタルホテル東京ベイ レストラン「グランサンク」047-350-8561
●営業時間: 11:30 ~ 15:30 (ラストオーダー15:00) ●月~金 / 時間無制限: 大人2,600円、子供1,500円。土・日・祝 / 100分制: 大人3,000円、子供1,700円

B 仲佐
充電式コードレスクリーナー
プレミアムピンク (NHC-H406W)

1名様



3種のノズルで
使い分け!

子どもの
飲みこぼしに!

このクリーナー、ハンディだけどパワフル! 液体もホコリもOKの乾湿両用タイプです。子どもの食べ飲みこぼしや、窓の結露もお手軽おそうじ♪ちょっとしたときに使える、まさにおうちの2台目の掃除機にぴったり。
●仲佐 072-871-6801 ●参考価格: 5,980円 (税別)

C ルルド
プレミアムマッサージクッション
ダブルもみ VW ネイビー

1名様

3つの選べる
自動プログラム☆



ヒーター付きのもみ玉が4箇所、全部で8つ付いています。タテ・ヨコ自在に2通りの使い方ができ、首・肩・背中・腰などの曲面でもフィットしてくれます! クッションだけでなく、立体的なもみ心地に驚きます♪
●アテックス 0120-48-6505 ●価格: 29,000円 (税別)

D レコルト
ワッフルボウル
メーカー

3名様

専用レシピ付♪



食べられる器を作る新感覚の調理家電です!! 市販のホットケーキミックスで作った生地を流し込み、3分ほどで完成♪アイスクリームやフルーツ、サラダやラタトゥイユなど、お好みのスイーツやおかずと一緒にワッフルボウルパーティーはいかがですか?
●ウィナーズ 03-6804-5538 ●価格: 7,000円 (税別)

E リシュマム
お名前入りベビーリュック
(ポータータイプ)

1名様

赤ちゃんぽくなりすぎないデザイン♪
4歳頃まで使えます



縫製から名前入れますすべて手作りの可愛いリュック。お子さまのお名前 (アルファベット) と6色からお好きな色をお選びいただけます。1才お誕生日の1升餅を入れるのにもぴったりと評判です♪
※当選された方には編集室から直接ご連絡いたします。発送にはお時間を頂きますのでご了承ください。
●リシュマム http://www.lisur-s.com/
●価格: 5,400円 (税込)

※写真の撮影環境により商品の色が実物と異なる場合がございますのでご了承ください。

G ブリーズヘルシー・マスク
大人・小人セット

5組様

通気性が良く、
メガネが曇りにくい!



※画像はイメージです。色・柄についてはお選びいただけません。

最近注目されている布マスク。かわいい柄のものもあって、子どもとお揃いでという親子も多数。高い技術力にデザイン性がプラスされた、オシャレ機能性マスクです。使い捨てではなく、洗って使い続けられます。
●ブリーズヘルシー ●価格: 大人・小人ともに各1,650円 (税込)

I C'BON
フェイシャルトリートメントマセ
110g

3名様

肌になじませると
乳化してオイル状に!



創業50周年を迎えた老舗メーカーより、クレンジングとマッサージ、2WAYで使える多機能なクリームをプレゼント! '94の発売以来、圧倒的な人気を誇るロングセラー商品です。美しさを保ちたいママにオススメ♪
●シーボン 0120-18-4074
●価格: 5,940円 (税込)

キュレル
セラミド機能成分配合
汗などによる肌荒れ・あせもを防ぐ



医薬部外品 顔・からだ用

4/9
新発売

すーっとなじんで
さっぱり潤う

24
名様

F キュレル
ジェルローション
220ml

春夏に使いやすいジェルタイプの全身用ローション。「汗トラブルケア処方」で、汗から肌を保護しながら保湿します。低刺激性でデリケートな赤ちゃんの肌にも使えます。
●花王 キュレル
http://www.kao.co.jp/curel/
※1 ヘキサデシロキシPGヒドロキシエチルヘキサデカナド
※2 消炎剤(有効成分)配合

H 住友ベークライト
くりかえしつかえる
やさしいエコバック P-プラス

30
名様



洗って
くりかえし使える!

野菜や果物がすぐに腐ってしまう! とお困りの主婦のみなさまへ。P-プラスは、袋に空いたミクロの穴が中身の品質を保って鮮度を長持ちさせてくれる優れモノです!! S・M・L、1枚ずつ入っていて、小分けにも便利♪
●住友ベークライト 03-5462-4220 ●価格: オープン価格



編集長の子育て体験記

子育て楽しんでますか?

新学期の季節になりますね。三男が昨年の11月に1才になり、ようやく新しい生活パターンに慣れつつあります。長男の時は必死すぎ、次男の時は不安ばかりで…大変

だった思い出しかないのですが、3番目にして初めて子育てを楽しめている気がします☆これも、どう成長するかを知っている心の余裕なのか?誕生日、初クリスマス、お

正月…可愛さに癒してもらいました。成長していく息子たちとの時間は、やっぱり宝物ですね!

ゲンキのモト編集長
伊藤みかこ

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)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。★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。ご興味がある方は下記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

「ゲンキのモト」
応援企業一覧 (50音順)

赤坂エクセルホテル東急 / アサヒ軽金属工業 / アテックス / アルケア / ウィナーズ / オクソー / オリエンタルホテル東京ベイ / 花王 / クリエイト・エス・ディー / ココカラファイン / コピーライツアジア / サラヤ / シーボン / ジャパンワクチン / 小学館集英社プロダクション / 芯温浴プロジェクト / 新学社 / 住友ベークライト / セールス・オンデマンド / 全国健康保険協会 / トーカイ / 仲佐 / ポンパドウル / ブーカー / ブリーズヘルシー / リシュマム

ゲンキのモト
セレクト
アイテム
select item

病院で使っていたあの商品

実は、買うことができるんです!

病院で出して
もらったあの商品
が欲しい!

どこで
買えるの?

今まであまり市販されていなかった医療用品が、身近で買えるようになってきたのをご存知ですか? 病院で出してもらった弾性ストッキングの洗い替えが欲しい... 処置してもらったクリームと同じものが使いたい... そんな読者の声をもとにゲンキのモト編集室が選んだ、身近で買える医療用品、をご紹介します!



身近になった医療用品で
日常をもっと快適に!

こんなところで買えます

病院売店

退院時や通院の際などに、ちょっと立ち寄って買うことができます。

詳細は各病院売店にご相談ください。

通院の際に!



処方箋
薬局

病院の帰りや、お買い物などの外出のついでに買うことができます。

詳細は各処方箋薬局にご相談ください。

外出のついでに!



インター
ネット通販

自宅で注文、自宅に配達が可能。忙しくても遠方でも買うことができます。

右ページ下の通販サイトでご注文ください。

自宅に届く!



医師や看護師さんからアドバイスを受けることが適切な商品選びにつながります

医療機器にあたる商品は身体に影響を与えるおそれがあります。使用にあたっては、医師の診断・指示に従ってください。お客様の自己診断で商品をお選びになることで、不具合・有害事象を生じる場合もございます。商品の購入前に、医師や看護師さんなどの医療従事者の指導を受けてください。

おすすめの医療用品をピックアップ!

ゲンキのモト編集室イチオシの便利な医療用品はこちらです!

医療用弾性ストッキング

アンシルク®・2 27hPa (ヘクトパスカル)

洗い替えて
もう1足!



医療機器届出番号: 13B1X00207000049



アンシルク®・2
ハイソックス



アンシルク®・2
ストッキング



アンシルク®・2
パンティー
ストッキング

【弾性ストッキングとは?】

普通のストッキングとは異なる特別な編み方で脚を外側から圧迫し、血流を促進するストッキングです。足首から太腿にかけて段階的に圧迫圧が弱くなる設計(C&G構造)で、心地よい脚の引き締め感をサポートします。

心地よい引き締めで
脚すっきり

日本人の体型データに基づいて設計した医療用弾性ストッキング。脚を適切に引き締め、血流の促進をサポートします。

柔らかい肌ざわり

柔軟な生地を使用しているため、毎日の装着が快適です。

機能とファッション性を両立

日常で使いやすい、透明感のある薄手を使用。カラーは2色です。

豊富な形状・サイズ展開

主治医と相談の上、最適な種類をお選びいただけます。

医療用スキンケア用品

リモイス®シリーズ リモイス®クレンズ/リモイス®バリア/リモイス®コート



傷つきやすい
肌には
保湿が大切!

デリケートな状態の皮膚をやさしく保護

皮膚の水分保持の重要性に着目した、医療用スキンケアシリーズ。「皮膚に必要な処置」に「保湿」機能をプラスし、加齢、疾患、排泄物やテープの刺激などでバリア機能が低下したトラブルを起こしやすい皮膚を、やさしくケアします。

リモイス®クレンズ

天然オイルが汚れを浮かせ、拭き取るだけで肌を清潔に保ちます。

清浄

リモイス®バリア

撥水性を持つ保護膜が、汚れや外的刺激から皮膚をしっかり守ります。

保護

リモイス®コート

微粒子からなる保護膜が、汚れや外的刺激から皮膚をしっかり守ります。

保護

【リモイス®バリアの特徴】

人の皮膚(弱酸性) pH4.0~6.0

尿、放置尿 pH4.8~8.0

正常な便 pH6.9~7.2

水様便 pH8.0~8.6

4 5 6 7 8 9 10

酸性 中性 アルカリ性

排泄物(アルカリ性)の強い刺激から、皮膚(弱酸性)を守ります。



インターネット通販サイトでのご注文が便利です。商品名で検索

アマゾン amazon.co.jp ケンコーコム 薬ケンコーコム で販売中

ぶち・ドラゼミは、お子さんの「学ぶ楽しさ」を広げ、「自分でできる力」を育みます。

小学館が90年以上の歳月をかけて培った教育ノウハウを詰め込んだ幼児向け通信教育プログラム「ぶちドラゼミ」。お子さんが楽しみながら学べる教材なので毎日無理なく続けられ、自ら進んで机に向かう習慣や学ぶ力が自然と身につきます。



2016年度よりリニューアル!!

年少コース(3~4歳) 親子のコミュニケーションを楽しみながら学べる!

主教材「ワークブック」

身近な生活の中から題材をピックアップし、はじめてワークに取り組むお子さんでも夢中になれる工夫がいっぱい。楽しく「もしもことば」「かず」「たいけん」が学べます。



おうちの方へ贈り物「おやこノート」

「ワークブック」をより効果的に取り組むためのヒントやアドバイスを掲載したおうちの方への贈り物。お子さんとのコミュニケーションツールとしてもお使いいただけます。



年中コース(4~5歳) 年長コース(5~6歳) 「楽しいから学ぶ」が重なり、確かな力が育つ!

主教材「もしもワークブック」

毎月のテーマに沿って、ドラえもんや仲間たちが活躍するストーリー仕立ての構成なので、楽しく文字・数を学べます。1日2ページを目安に学習します。



副教材「ちえトレーニングブック」

迷路、間違い探し、記憶など、楽しい遊びを通して観察力や想像力、記憶などを身につけ、「考える力」を伸ばしていきます。



年少コース 年中コース 年長コース お子さんのやる気を引き出す サポートアイテムも充実!

毎月お届け ドラえもんからのお手紙

毎月、喜ばしきようにドラえもんからお子さんへ送られるお手紙。ドラえもんからの励ましや応援の言葉で、お子さんのやる気を引き出します。



初回お届け ぶちドラごほうびスタンプ

お子さんの頑張りを褒めるために、オリジナルスタンプ。その日の学習が終わったら、テキストにスタンプを押してあげてください。親子のコミュニケーションのきっかけとしてもご利用いただけます。



ドラえもん 12ヶ月分一括払いでデスク&チェアプレゼント!!



就学前にぴったりの学習机! 丈夫でエコなデスク&チェア! ドラえもんのにっこり顔がかわいい!

ぶちドラ 収納BOXスツールプレゼント!



4月号申し込み締切 4/18 月

無料教材サンプルセットのお申し込みは、付属のはがきをご利用ください! WEB・フリーダイヤルからどうぞ!

ドラゼミ小学生コース(小1~小6)の無料教材サンプルセットもお申し込みいただけます。

WEB ドラゼミ 検索

0120-510395

受付時間 平日/10:00~20:00 土曜/10:00~16:00(日・祝日除く)

QRコードから簡単アクセス!

小学館の幼児向け通信教育 ぶち・ドラゼミ 3歳~6歳対象

全家庭 ぽぴー

やってみよう! おやこの脳力アップ!

月刊幼児ぽぴー「ぽぴこ」の楽しい教材です。ぜひ、お子さまといっしょに取り組んでみてください。



月々980円で 充実の内容!

ちえ 年長さん対象

ふた 2つの えを よく みて、 ちがう ところに ○を つけてね。 7つ さがそう。

なな 7つ さがそう。 こっちの えに ○を つけてね。



※月刊幼児ぽぴー「ぽぴこ あおどり」(5~6歳用)3月号より転載。 ※実物を45%に縮小しています。

答えはぽぴーのホームページにのっているよ! <http://www.popy.jp/gn/>

無料

2歳児~6歳児 おためし号プレゼント!

お子さまの年齢に合った おためし号を お届けします!



対象 0歳~中学3年生まで お申し込みはこちらから

ハガキ 巻末のハガキをお使いください。

PC スマートフォン <http://www.popy.jp> 幼児ぽぴー 公式 検索

お電話 0120-627-700

FAX 0120-885-235

※おためし見本は年齢(学年)ごとに用意しております。 ※下記をご確認ください。保護者の方の同意の上でお申し込みください。

月刊ぽぴー 公式サイトを クリック!

スマホからの 見本申込はコチラ!



迷った時は!

小児急病診療の
ご案内

「子どもの具合が急にとても悪くなった!!今日は日曜日なのに、どうしよう?!!」
そんなときは慌てずに相談窓口にお電話を! 相談員が助言、施設の案内をしてくれます。

東京

小児救急相談

母と子の健康相談室

#8000

[月曜～金曜 17:00～22:00 /
土日祝・年末年始 9:00～17:00]

- 保健師、助産師、必要に応じて小児科医師が小児救急相談に対応!

携帯電話に
登録して
おこう

東京

東京消防庁

救急相談センター

#7119

[24時間受付/年中無休]

- 救急車か病院受診か、迷ったらココに電話して!



東京以外はこちらから

#8000

※全国共通の番号です。お掛けになる
区域により受付時間が変わります。

神奈川県

かながわ
小児救急ダイヤル

[毎日18:00～24:00]

- 夜、子どもの具合が急に悪くなった時、家庭での対処法や病院受診の必要性を相談!

埼玉県

埼玉県小児
救急電話相談[月曜～土曜19:00～翌朝7:00 /
日祝・年末年始7:00～翌朝7:00]

- 救急車を呼ぶ? 病院受診? 迷ったときはお電話を! 看護師が相談に応じてくれます。

一人で悩まないで
困った時は
電話してね!

緊急受診するときの! 持ち物チェック

✓健康保険証 ✓医療受給券 ✓母子手帳 ✓お薬手帳 ✓タオル

赤ちゃんはこれも忘れずに!

✓紙おむつ ✓おしり拭き ✓ミルクの用意

※持ち物をチェックしてから落ちついて受診しましょう。