

会員数は1,785人(4/23現在)

すこやか サークル新聞

2013年5月号

すこやかサークルでは、今年度もすこやかカフェや健康講座など、ご要望にそった企画を検討中です。「夏休み病院探検」もあるよ!!

誕生のひみつ

学習会予告編

6/29(土) 14:00~15:30

【対象】4才~小学1年生とその保護者(10組)

【申し込み先】立川相互病院附属子ども診療所

042-525-6555

立川相互病院の産婦人科医師・助産師による

~誕生のしくみとからだを知り、命を大事にできるようになるための性教育~

誕生の話・からだの話・きずなの話

立川健康まつり 5月12日(日)

10:45~14:30

女性総合センターアイムと、モノレール下サンサンロードで開催されます。ミニSLや舞台や模擬店がです。健康に関する展示もいっぱい。

やきそば(薬局出店)・他あります!!

みんなで来てね!

詳しくはチラシ、ポスターで確認してください。

すこやか保育園はゲームコーナーのテントに参加します

子ども診療所は「予防接種」の展示をします!

離乳食体験

日時: 5月15日(水) 10:30~11:30 in すこやか保育園、
対象: 参加費: 100円、先着5組!(予約制)
申込: すこやか保育園 042-527-0430まで

「どうやってあげたらいいの?」「上手く食べてくれない...」等、
離乳食のあげ方・すすめ方、その他育児の不安・悩み...気軽に保育士さんと話してみませんか?

赤ちゃん体操



この会は、主に3つの企画(体操・学習・相談会)で構成されています。参加費は無料ですので、気軽にご参加下さい。

赤ちゃん体操...赤ちゃんのペースで、親子一緒に楽しみましょう

ミニ学習会...毎回テーマを決めて、専門家に話を聞きます。

育児相談...日頃の悩みを皆で相談しましょう。



次回は、6/18(火) 10:00~11:30です。
定員は10組程度(予約制)です。対象は、5・6ヶ月から1歳未満(あんの前)の赤ちゃん、保護者です。

*ミニ学習会は、看護師の「赤ちゃんの夏の過ごし方・夏がくる前に!」です。
お申し込みは、子ども診療所 042-525-6555まで

資金募集にご協力ください

皆さまからの資金のご協力をお待ちしております。お申し込みは窓口まで。

協同基金 5年以上 無利息 1口5,000円

協力借入金 2年定期 年利0.4%

5年定期 年利1.0%

健全会借入金は三多摩健康友の会・すこやかサークル会員に限り上限お一人250万円、1世帯500万円となっています。

2013/4/16 赤ちゃん体操・育児相談・学習会の報告



10組のママと赤ちゃんが参加してくださいました。
体操後は錦町薬局薬剤師による「授乳と薬、赤ちゃんの薬の飲ませ方」の学習会を開催しました。

「授乳と薬」

ママが体調不良で薬を使いたい時、又基礎疾患があって毎日薬を飲まなくてはならない時に赤ちゃんへの影響を心配して授乳を止めてしまっていないですか？

授乳をお休みすると乳腺炎などのトラブルにつながる事もあります。

お薬を選べば授乳を続けることができる事、皆さんご存知ですか？

錦町薬局・多摩薬局では母乳育児を行いやすいように、薬ごとに母乳中へ移る薬の量、赤ちゃんへの影響などを調査し、授乳中でも安全に薬と使っていただけるようアドバイスを行っています。自己判断で授乳を中断せずにはまず医師・薬剤師にご相談下さい。

「赤ちゃんの薬の飲ませ方」

赤ちゃんに良く処方される粉・シロップ・坐薬・目薬の実物をお持ちし、飲ませ方について説明を行いました。

～粉のポイント～

少量の水で緩めのお団子状に練って上あごにくっつける

水の量を増やしてスプーンで飲ませる。嫌がる場合にはスポイトを使って味覚を感じやすい舌につかないようにして飲ませてみる。

～座薬～

しっかり中に入れることがポイント。

とがっている方から肛門に入れてそのまま指で10秒おさえる。

入りにくい場合には坐薬の先端を水で濡らしたり、オリーブ油など塗っておくと挿入しやすくなります。

体重によって量が決まる為、時には半分や2/3に切って使用することもあります。

その場合には清潔なカッターなどで斜めにカットしましょう。

その他、目薬もお持ちして点すタイミングや注意点などお話しました。

上記の内容で、実物を見せて具体的に説明を行いました。

ぐずり出す赤ちゃんがいたり、あちこちずりばいでウロウロする赤ちゃんがいたり、

会はとてもにぎやかで、ママはなかなか落ち着いて聞けなかったかな？と心配しましたが、講義後には「頭痛でイブを飲みたいが大丈夫ですか？」や「オムツかぶれの軟膏はどのくらい塗ったら良いですか？」など質問が出て活気のある学習会になったと思います。



子ども診療所ではお子さんが予防接種・受診の時であれば、一緒に親御さんの予防接種をお受けすることも可能です。ただし予約制ですので、事前に予約をしてください。

今年度立川市で以下該当される方に、風しんの予防接種助成がおこなわれます。()内は助成実施期間

19歳以上の方で

妊娠を予定、または希望する女性(25年4月25日～26年3月31日)

妊娠している女性の夫・胎児の父親(25年4月25日～25年9月30日)

希望される方は、子ども診療所に予約をする前に、立川市健康推進課にお電話で申し込んでください。042-527-3272

おとなの方が単独で接種を希望される場合は、ふれあいクリニック健康管理センター(代表524-1371)へお問い合わせください。

子ども診療所から お知らせ



* すこやかサークル企画予定 *

離乳食体験5/15・7/17・9/18・11/20・1/15

赤ちゃん体操と育児相談とミニ学習会

6/18「夏の過ごし方」

8/20「はじめての歯みがき」

10/15「皮膚のケア」

12/17「赤ちゃんの事故」

2/18「はじめての歯みがき」

夏祭り7月・夏休み病院探検8月・すこやか加E9月
クリスマス会12月・もちつき会1月

…絵本の紹介…

「おばけのてんぷら」作・絵 せなけいこ

ねこちゃんが食べていたお弁当のてんぷらをわけてもらったうさこちゃん。あまりのおいしさに、お小遣いを全部つぎこんで、てんぷら作り!

そのおいに誘われてやってきたオバケの運命は…?!

