

会員数は2,270人(12/20現在)

すこやか サークル新聞

2018年1月号



皆様の健康と明るい未来のために
子ども診療所 所長 大久保節士郎

新年あけましておめでとうございます。
昨年は世界中で異常気象、戦争など厳しい出来事がありました。一方、核兵器禁止条約の発効、ICANのノーベル賞受賞など、希望も出てきた年になりました。

立川相互病院は開設の年で、順調なスタートをきることができました。

子ども診療所では、医師体制及び保育士の充実があり、外来診療・病児保育が充実しました。

今年は、発達についての療育を開始し、新たな分野を拓くことになります。

皆様方の声を大切にし、ご要望を少しずつ実現し、皆様と共に歩んでまいりたいと思います。

本年もよろしくお願い申し上げます。

2018年1月1日



あけましておめでとうございます
今年もよろしく願ひいたします

相互歯科所長 園田真里

新年明けましておめでとうございます。
昨年もたくさんのお母さんたちが相互歯科に通ってくれました。
またお母さんがたも小さな赤ちゃんを抱っこしながら、治療がんばっていました。
今年も、みなさまのお口の中の健康を保っていただけるよう、スタッフ一同お待ちしております。
どうぞよろしくお願いいたします。



笑顔あふれる1年になりますように
すこやか保育園 田中幸子

あけましておめでとうございます。
いつも「すこやかサークル」の行事に参加していただき、ありがとうございます。北口に引越してから一年。自然あふれる環境の中、毎日楽しく過ごしております。
会員のお母様、お父様におかれましては、日々の子育ての中で不安になったり、悩んだりしてしまうこともあるのではないのでしょうか。子育て(子ども)は、楽しい時も辛い時も人生の学びであり、宝物であります。子育て中の皆さまのよりどころとなれればと思います。
また皆様にお会いできる日を楽しみにしております。



錦町薬局 伊藤美夏

新年あけましておめでとうございます。
錦町薬局では、処方箋調剤はもちろん、みなさまの健康相談に応じられるよう、一般医薬品や衛生用品、サプリメントなど取り揃えております。
育児中のお母様は何かと忙しく、ご自身の不調は我慢しがちかと思ひます。病院に行くほどでもないけど放っておいてもいいのかわからない、サプリメントや栄養の相談もしたい、専門外来を探しているけど相談に乗ってほしい、そんな時はぜひ、錦町薬局にお立ち寄りください。



三多摩健康友の会 奥田千鶴子

新年明けましておめでとうございます。
三多摩健康友の会に異動になり、早くも5ヶ月が過ぎました。
すこやかサークルで若いお母さんお父さんの、一生懸命頑張って子どもを育てている姿に、日々感動しています。今年も一年頑張ります、応援しています。



毎回好評！くすりと産後リハビリ講座

1/16 (火) 10:00~11:30 フィットネスセンター

おくすり学習会テーマは「胃腸炎・嘔吐・下痢」です

042-525-6555子ども診療所までお申込みください

前回の11月21日は、ママと赤ちゃん4組に参加していただきました。

“産後ママのためのからだ講座”では「身体のしくみ」・「妊娠～出産～産後の体の変化」・「将来にわたるその影響」についてお話の後、産前産後の女性の身体に詳しい理学療法士から、ママ一人一人のお悩みに応じたアドバイスや動き方の指導がありました。

その後、日常生活でできる産後の身体に負担のかからない正しいエクササイズを体験。エクササイズは「おなか引き締まるのわかる」「これなら普段でもできそう。」との感想を頂きました。

また、講座後半には抱っこ紐調整・抱っこ姿勢チェックも個別に行いました。毎日使うものだけど、うまく使えている人が少ない抱っこ紐。調整後は皆さん姿勢が良くなり「いつもより身体が楽!」「抱っこが軽く感じる☆」と言っていました。

産後にお悩みのある方（お腹ポッコリがもどらない・腰痛・姿勢が悪い・尿もれ・便秘・抱っこ紐がうまく使えていない・どうやって運動したらよいかわからない…など）や、予防したいという方も、専門家と気軽にお話できるチャンスです。また、一度参加された方でも「うまくできているかわからない」「もう一度やってみたい!」というリピーターさんも大歓迎です。講座に参加して心も体もリフレッシュしましょう。

乳がん自己検診学習会

1月27日(土) 13:30~ フィットネスセンター

人数把握のため子ども診療所へお申込みください

042-525-6555まで

赤ちゃん体操と育児相談会

に学習会は「赤ちゃんのお口のケア」

★日時：2/20(火) AM10:00~11:30くらいまで

★定員：10組程度

★対象：5ヶ月から1才未満まで

★場所：ふれあいクリニックフィットネスセンター

(子ども診療所の隣りです)

申込は1月16日10:00 から子ども診療所 042-525-6555へ



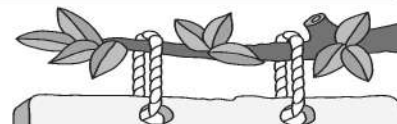
○インフルエンザ予防ワクチン

13才未満で2回目の接種が終了していない方、1月前半も予約受け付けています。

042-525-6555までご相談ください

○MRワクチン②期…年長児・就学前一年間

年長さんでまだ接種していないお子さんはご予約ください。



子ども診療所から

「子ども診療所病児保育室ぱおぱお」 事前登録のおすすめ

*ご利用には事前登録が必要です。042-521-2777までお問合せください。

登録料金：市内無料、市外3,000円

詳細はパンフレットまたはホームページをご覧ください。

ホームページ <http://www.t-kenseikai.jp/kodomo-cl/>



*利用料金 1回：立川市在住2,500円、市外4,000円

立川市の方は利用料の減免制度あり、市にお問合せください。042-523-2111(内線1321)

*対象年齢：4ヶ月から小学3年まで

*対象疾患：はしか以外の病気・けがのお子さん

*保育時間：8:30~17:30

*保育予約は前日から(空きがあれば当日申込可)

大腸がん検診キャンペーン ～捨てるうんちで拾ういのち～ 1月～3月



健生会の病院・診療所で検査キットをお渡しします
窓口でお問合せください：会員無料

絵本の紹介「てんぱたんてんぱたん」 再話・絵：梶山俊夫 福音館書店

やまでお昼を食べようとしたおじいさん、おむすびを一つ、ねずみの穴に落としてあげました。あなから顔を出したねずみは、おむすびのお礼に、ねずみの家に招待してくれました。昔話のおむすびころりんに似たお話ですが、地方の方言がなんとも暖かい絵本です。

