まんぼう通信

5月号
003
H22
4月15日発行

・4月の休診日ー23・24
・5月の休診日ーありません

スタッフのマタ孫育て奮闘日記

4月3日から旭川に転勤になり、双子の孫はワイワイとにぎやかで楽しそうに「あしゃひかわにいくんだよ～！」って行ってしまいました。土、日の我家は静まりかえっています。　電話をかけると「ばっちのおうちにいまいくからね～」って言ってくれましたが旭川は遠いんだと、もちろんわかってないでしょう!?　最近、写メを送ってくれるのですが人としてまじめにカメラに向ってはくれません（涙）。

by BATTi

まんぼうクラブ

当クリニックに普段かかっていない方でも入会できます。親子で楽しめる行事の連絡が届きます。参加できそうなときには、申し込み頂けるとOKです！
登録していないお友達を誘っての参加も可能です。スタッフ側でお手伝いしてくださる方も大歓迎です！

ぜんそくのはなし

雪が解けて暖かくなると、アレルギーの病気が増えてきます。喘息もこの時期に悪化します。
今では、喘息に対応する治療法も進歩したので、基本的な対応の仕方をしっかり覚えてもらえば、それほど怖い病気ではなくなりました。治療の基本は、
①適切な薬物療法 ②原因療法 ③鍛錬 の3つです。

①薬物療法には、今ある症状をおさえる薬と、アレルギーそのものをおさえてしまう薬があります。症状がとれたからといって自己判断でやめてしまわずにいつまで続けていくのかをよく相談してください。
②喘息を起こすアレルギーの原因として一番多いのが家のダニです。まず手始めに、布団乾燥機を使って、しっかり布団を乾燥させ、掃除機をかけるようにします。
部屋の片づけや掃除をていねいにしましょう。
③喘息があるからと過保護にしないこと。なるべく薄着にして、冬でも外でしっかり体を動かすことです。また水泳も自律神経を鍛えるために最適の運動です。
お風呂上がりの水かぶりも効果的です。

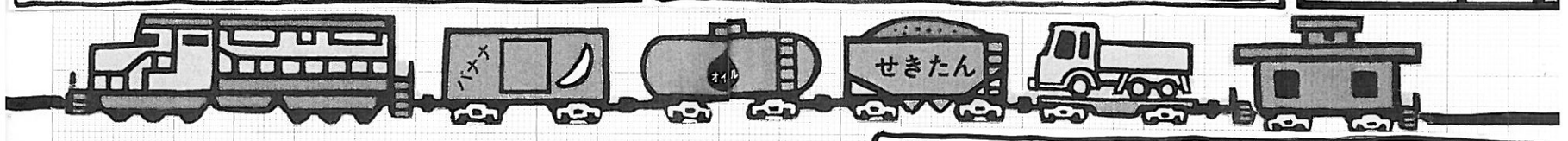
絵本の紹介

『ぼーる　ころころ　ぽ～ん』
まついのりこ作（講談社）

擬態音語、擬態語がたくさん出てきて声を出して読むと、とても楽しい絵本です。言葉をしゃべりはじめたお子さんと絵をみながら「がりがり」「ごっくん」「ぶっぶー」と言葉のもつリズムを感じながら親子で読んでみて下さい。

玉書箱

当クリニックへの意見や希望等を「玉書箱（ぎょくしょばこ）」にお入れ下さい。クリニックの運営に生かして行きたいと思っております。



＝親子で森林浴・・・そして、野鳥観察!!＝（1時間くらい）
身近にある小さな林にもいろいろな野鳥がやってきています。今回はクリニック周辺の小さな林をゆっくり、のんびり散策していきましょう。野鳥に詳しい田中さんにお話を聞きながら野鳥観察をすれば、親子の会話もより豊かになることと思います。

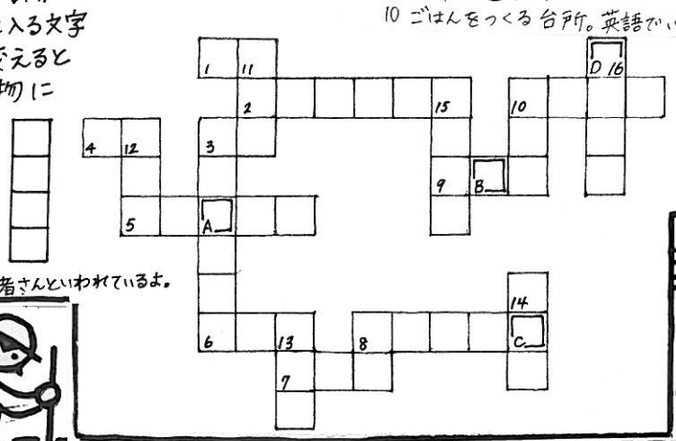
＝教会の広い庭でミニコンサート・サックス、コカリナ演奏＝（11時くらいから）
広い空を目指め、春の風を感じながら、美しい音楽を聴きませんか？サックスは加賀玲子さん、コカリナは製作もしている鬼海光輝夫さん。音響がないけど、自然という舞台がある！何が何でも野外で演奏を聞きたい！というショムニの願を叶えてくださるお二人です。
※時間は20分～25分ほどで、二人のトークと演奏を予定しています。

＝栄養相談を始めました＝
4月より乳児健診（毎週火曜日の14時45分から）のときに管理栄養士が栄養相談を行っています。
また、4月17日（土）・5月22日（土）と、離乳食講座「もぐもぐ」（毎月）を開いております。旬の食材を使って離乳食を作ってみましょう。定員10組です。指導は管理栄養士が行います。

＊タテのカギ＊
3 松の木から落ちてくる。クリスマスの飾りにも使えます。
8 車は英語でい…。カラスの鳴きマネでもイイヨ。
11 本にはさめます。押し花を代わりにはさめるのもステキです。
12 ○○○の学校は川の中～♪
13 ナイスショット！おじさんがやるスポーツだと思っていたけど最近は。
14 白くて、やわらかくて…。四角いのもあれば、丸いのも。大豆が原料
15 図を書くときに重宝します。漢字で表すと"罫線"
16 針は針でも…。

＊ヨコのカギ＊
1 夜空にキラキラ光ってる
2 ご飯とお茶で…。サケをのせるとサケ○。○○
3 ○○つき。手を使うのは手○○。足を使うのは蹴○○
4 "ごはん"は○○です。○○はお酒になったりもします。
5 うしと生活を供にする人達。馬術となげなわが得意。
6 青森○○○は有名だけど、七飯町も○○○の町ですよ。
7 赤色の宝石といえば…。7月の誕生石でもあります。
8 まわりを砂糖でコーティングされた昔ながらのお菓子。
9 列車の道は？
10 ごはんをつくる台所。英語でいうと？

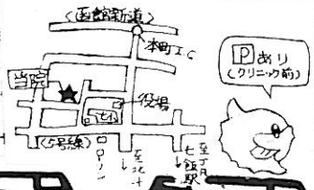
＊もんだい＊
A～Dに入る文字を並べ変えるとある生き物になるよ！



★ヒント★
海のお医者さんといわれているよ。

＜小児科・小児神経科＞
はるこども
クリニック

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
9:00～12:00	●	●	●	●	● 9:00～15:00
14:30～18:00	●	● 乳児健診 16:00～19:00		●	



Pあり（クリニック前）

〒041-1111 亀田郡七飯町本町6丁目7－42
Tel 0138-65-0500　Fax 0138-65-0501
HP http://haru-kodomo.com

☆ 5月の休診日　ありません