



寒くなると、朝布団から出たくありませんよね(T_T子ども達ももうちょっと寝たい、という感じなので、わが家ではスムーズを作るミキサーの音で自分も含め朝からテンションを上げています。小松菜に人参やリンゴなど野菜+果物のスムージーは毎朝食材を少しづつ変えて「今日の味を」楽しんでいます。なんせミキサー音が大きいので家族の目覚まし代わりに！家族の健康を支える私達、寒い冬でも元気家族の？朝ごはん作り、頑張りたいですね！！



保育士からのお知らせ



- 一年に一度、自然がくれるプレゼント紅葉の葉っぱです。赤や黄色・茶色に変えていく葉っぱはどれも素敵な色合いです。是非、紅葉の季節を味わってくださいね。



11月のおすすめ絵本 むかしばなし・名作20

編著 千葉幹夫

今回はみなさんが一度は読んだ・聞いたことの
日本の昔話10話・世界の名作10話が
載っている絵本を選びました。

“この物語読んだ事がある。”

“この物語どんなのかな？”と
読み聞かせをすることで親子の育みも深まり
豊かな心も培われます。読書の秋・

ぜひ、親子での読みきかせをしてみてくださいね。

(保育士 森川 智恵子)

いけざわこどもクリニック感染症情報

【9月29日～10月26日現在】()は前月の人数

咽頭結膜炎 (アデノウイルス感染症)	6 (4)	RS ウイルス感染症	48 (34)
溶連菌感染症	6 (3)	突発性発疹	7 (17)
感染性胃腸炎	32 (46)	流行性耳下腺炎 (おたふくかぜ)	1 (9)
水痘	14 (18)	ヘルパンギーナ	5 (15)
手足口病	8 (6)	インフルエンザ A型	0 (1)

インフルエンザ A 型が2名(9/29時点)出ていましたが、その後爆発的な流行は今の所みられないようです。残す月もあと二月病気になるまいよう、うがい・手洗いで予防していきましょう。
(院長秘書 矢野耕治)



～ 11月のお知らせ ～

11/22(土) 休診

11/24(月・祝)9～12時 休日対応(院内処方)



あるものだけで



実は昨年、12年住んだ家を引っ越した。
何を隠そう引っ越しは8回目…。その度いろんなものを捨ててきたつもりでも、やはり「勿体無いよ。まだキレイじゃない？いつか使うかも、子どもがいつか着るかな？」と何年も前の服やカバンや布団などが倉庫の奥から次々とでてきてしまった。捨てない理由は挙げたらキリがない。しかし冷静に考えればただ持っただけで、この10年全く使用していないものもあるのが事実。「もしかしたら…いつか…」は結局なかったのだ。服だけでなく食器や絵、家具に至るまで新しい家には持っていく場所もなく、子どもも大きくなり、自分も年をとったせいかな今度こそ潔く捨てる決心が着いた。

友人達に声をかけ、ある程度貰ってもらったものの、それでも要らないものはまだまだあった。不要品に埋もれた自分が情けなく、これまで片付けられなかった自分にイライラし腹立たしくなったりした。これまでの自分と決別するかの如く、自家用車一杯に不要品を詰め込み大津の東部清掃工場へと車で何度も何度も往復した。感激したのは、行くたびにその職員の方が、いつも丁寧に対応してくださり、私のほうが感謝しているのに、立ち去る私の車に深々とお辞儀をしてくれたこと。こんなゴミを処分してもらえ、また1日中、時にはきつい臭いの中、私たちが捨てるゴミをきちんと分別し再利用するために働いてくださっていることに感謝の念が溢れた。帰り道はスッキリとして、片付けることがこんなにも気持ちがいいのだということを実感し、そしてもう物は必要ない、増やさないぞ！と心に誓った。今私は自分の家の中のものが全てどこにあるのかやっとな把握できる。「思い出の品を捨てても思い出は消えない。」「全部捨てたら未来だけ残る」なんて断捨離の境地にはまだ遠いが、今を生きる自分に必要なものは見える。

『あれ、どこにやった？』

『あーあれ？引っ越しの時捨てたあ～』

『Σ(°Д°)Ⅲが-』 ←主人

となることは今もたまーにあるが、それで本当に困ったか？と聞かれると、まあどうにか大丈夫である(だよ?) 本当に必要な物って、実はそう多くない(んだよ) おしゃれな食器は案外使いにくいし洋服も軽くて洗えて結局よく着る服は決まっている(でしょ?)と家族の物を勝手に処分した今、後には引けず夫を諭す私。(やや強引か!?) 本当に必要なものを知った今、暮らしは至ってシンプルになり気持ちにも余裕ができた。子どもにも「あるものでどうにかする、どうにかできる」ことを教えたい。すっかり物欲から開放され、残りの人生に何が必要なのかが今はっきりとしている。

もうすぐ年末の大掃除。でも物が無いわが家は、今年は楽チンに済ませられそうだ。(。^。)ノ (文責 池澤 千恵子)



いけざわこどもクリニック予定表

- ・ 木曜・土曜午後から休診です。
- ・ 年末年始の急患は、電話にてご確認のうえ来院ください。(アイチケット予定も急に変わることがあります)
- ・ 不在、かかりつけ以外の方は、日赤・地域医療センターへお願いします。(時間外は紹介状なしで受診できます)
- ・ 60歳以上の方の付き添いの場合は電話での順番取り受け付けを8:30から致します!あくまでも順番とりですがご利用下さい。

月	火	水	木 午後休診	金	土 午後休診	日
27日	28日	29日	30日	31日	11月 1日 再春荘病院 小児科医当直予定	2日
午前2診予定	夜:会議	夜:小児科会合	午後ワクチン 再春荘病院 小児科医当直予定	再春荘病院 小児科医当直予定	午後 インフルワクチン 同窓会	休診 東京
3日	4日	5日	6日	7日	8日 再春荘病院 小児科医当直予定	9日
休診 東京			午後休診 このみ坂保健診 夜:不在	再春荘病院 小児科医当直予定	午後 インフルワクチン 夜:ワクチン勉強会	休診 不在 再春荘病院 小児科医当直予定
10日	11日	12日	13日	14日	15日	16日
午前2診予定	夜:会議		午後ワクチン		午後 インフルワクチン 理事会(東京)	理事会(東京)
17日	18日	19日	20日	21日	22日	23日
午前2診予定	夜:ワクチン勉強会	再春荘病院 小児科医当直予定	午後休診 ふれあい館健診		休診	
24日 再春荘病院 小児科医当直予定	25日	26日	27日 再春荘病院 小児科医当直予定	28日	29日	30日
9時~12時 時間外診察予定 (院内処方)	院長が診察 スタッフは いません。	再春荘病院 小児科医当直予定	午後ワクチン 夜:不在		午後 インフルワクチン 研1勉強会	九州外来小児科学会 18時地域医療セカ 当番
12月 1日	2日	3日	4日	5日	6日	7日
午前2診予定					午後 インフルワクチン	



お子様が一人で外へでたり、ドアに手をはさむ等の事故がありますので、待合室に子どもさんだけを置いて薬局に行かれる時は、
必ずスタッフにお声を掛けてください。



★HPのメール・アドレス訂正しました★

新しいアドレスは

ikezawakodomo0717@yahoo.co.jp

(医療相談はお受けできません)

保険証徹底確認!

ごく一部の方なのかもしれませんが、有効期限がきれてしまった保険証をお出しになられたり、変更されていても、「変わりません」と窓口に伝えられる方がおられます。受診時毎回確認を行っていますので、お手数かけますがなにとぞ、ご協力とご理解をいただきたいと思います。



予防接種を受けられる方へお願い



- ☆ 予防接種を予約されている方は必ず問診票と母子手帳を持参して下さい。
* ワクチン時間は原則 14時~15時までです。
曜日により 16時まで行うことがあります。
携帯・インターネットワクチン予約をご覧下さい。
- ☆ おたふく、水痘、Hib、肺炎球菌ワクチンの問診票は当院にあります。

*再春荘病院小児科医当直は池澤診察ではありません

夜間に再春荘病院を受診される時は電話(096-242-1000)にかけて対応可能かどうか確認してから行かれて下さい
再春荘病院小児科の先生が当直の時には、対応可能な事があります。(池澤診察ではありません)