

せせらぎ SeSeragi

地域との つながり

No.156号

発行日：2019年12月5日(木)

発行者：浮田 徹也



UKITA CLINIC

発行所：医療法人 せせらぎ会 浮田クリニック

〒520-0242 滋賀県大津市本堅田 6-36-1

☎077-574-3751 ☎077-574-3792

📱HP: <http://www.ukita.gr.jp>

✉e-mail: kanpou@ukita.gr.jp

今年は暖冬ですが、さすがに少ずつ寒くなってきましたね。そろそろお鍋が美味しくなってきました。寒い冬、みんなでわいわいつつ鍋は格別です。浮田クリニックでは今年も賑やかに忘年会が開催されました。流行りのラグビーにあやかり、ニュージーランド代表のハカダンスを「ONE TEAM」で盛り上がりました。

さてさて今回のせせらぎは「地域とのつながり」についてです。今や核家族率は8割とも言われワンオペ育児はめずらしいことではなく、子供と接するのは我が子が初めて、ぶっつけ本番育児…ということも多々あります。ごくごく普通のママが産後うつを引き起こす可能性が十分にあり得る環境です。もはや他人事ではありません。育児でしんどい時、大切なのはSOSを出せる事です。特に頑張り屋さんの場合、家族や友達にもなかなか言えない事もあります。ママになったんだからこんなの我慢して当たり前、子供の為ならできるはず、私の頑張りが足りない…違います。「つらい」って言いにくいんです。あなたが笑顔だからお子さんも笑顔になれるのです。頑張りすぎなくてよいのです。いかに楽しく育児するか、どうやって周りに助けてもらうか、このような事を妊娠中から知ってもらい、体験してもらう教室が1月から始まる新教室「妊婦塾」です。当院は妊娠中から産後の事、宇宙人のように思える赤ちゃんの事を知ってもらっておくことはとても大事だと考えており、この教室を開催することにしました。少人数制の教室ですのでお気軽に是非遊びにいらしてください😊



また、現在当院では様々な産後教室、育児サポート外来や母乳外来をしておりますが、ママ達の長い育児生活を支えていくためには、これだけではまだまだ不十分です。辛い時に、辛いところにさっと手が届くような細やかな対応が必要と考えており、その為に地域の色々な施設やサービスとの連携が重要と考えています。その様なサービスには行政の健康推進課である健やか相談所や地域保健師の訪問等がありますが、さらに地域に密着した施設として、当院スタッフでもある西村さつき助産師が開院しているYUMEMURAとさつき助産院をご紹介します。さつき助産院は大津市の仰木の里に、YUMEMURAは大津市伊香立にあります。さつき助産院では母乳マッサージ、抱っこスリング教室、産後ケア訪問などをしており、YUMEMURAではJIKKAゆめむら、講座、マママルシェ等を開催しています。YUMEMURAはママの第二の実家のような場所をポリシーに、またママを社会と繋げる場、ママの夢を叶える場でもあります。ママと赤ちゃんにまるで実家に帰るような気持ちで遊びに来てもらい、助産師、保育士、教師等様々な職種の者がおかえり!と迎えます。その他にも各種講座を催したり、マママルシェではママが作った色んなものをマルシェで販売し、ママが社会と繋がり、一人の女性としてチャレンジできる場所を提供しています。

当院ではこれらの施設を応援、協賛しております。頑張るママ達を支えたい。困った時にはいつもそばに居れる存在でいたいと考えています。

浮田 真吾



妊婦健診 携帯またはパソコン予約

当クリニックではWEB(携帯・PC)予約システムを導入しています。
日時指定のご予約が可能です。

妊婦健診WEB予約受付時間

午前9:15～午後12:15 午後4:45～午後6:45

ご来院窓口受付時間

午前8:30～午後12:30 午後4:30～午後7:00

○受付時間以内であればWEB予約受付終了後でも来院窓口で対応させていただきますが、
予約の方が多い場合は待ち時間が長くなる場合があります。
○予約の方は余裕を持ってご来院ください。



提携病院との密な連携診療

当院は、

- ・大津赤十字病院 産婦人科、新生児科
- ・京都大学医学部附属病院 産婦人科
- ・京都第一赤十字病院 産婦人科
- ・滋賀医科大学附属病院 産婦人科
- ・草津総合病院 産婦人科
- ・大津市民病院 産婦人科
- ・滋賀県立総合病院 産婦人科

の病院と提携していますので、妊婦さんや赤ちゃんに何かあれば
すぐに連携して診察に当たりますのでご安心ください。

産科医療補償制度

分娩により重度の脳性麻痺となった児及びその家族の経済的負担を
補償し、原因分析と再発防止策を講ずるための制度。当院で通院方
に、登録証を発行しています(妊娠16～22週)。
詳細は受付でお聞きください。

分娩予約

妊娠20週までに 受付で予約をして下さい。ご来院がむづい
ようでしたら一度連絡を頂けましたら適宜ご対応させていただきます
ので、まずはご連絡下さい。予約された方には、入院誓約書、直
接支払い制度合意書をお渡しします。

里帰り出産を希望されている方へ

当院では里帰り出産を受付けています。妊娠20週頃に前期助産師
外来、スクリーニング外来を行いますので妊婦健診と併せて可能
でしたらご予約お願い致します。もし、時間の調整ができず、
受けておられなくても里帰り出産は可能ですのでご連絡下さい。
当院での妊婦健診は妊娠34週頃から受けて下さい。

入院食(手作り)

厨房スタッフの作る心のこもった手作り
料理です。旬の素材、味付け、メニュー
…など、絶えず工夫し研究しています。
パンも焼き立てを用意します。退院前
日、当院4階のレストランでディナーを
お楽しみください。



※写真は一例です

分娩生活

正常分娩の場合、入院日を含め、初産婦の方は6日間、経産婦の方
は5日間です。当院では立会い分娩を推奨しています(帝王切開を
含む)。調乳及び飲み水は還元水を使用しています。

メディカルアロマテラピー

妊娠・産褥期でも安心して受けて
頂けるアロマトリートメントです。
100%天然素材 高品質の精油と
植物油を使用し身体にゆっくりと
浸透させながらマッサージを
行います。

【30分：3500円】
【60分：6500円】



ママクラスのご案内

場所：当院4階 多目的ルーム

申込方法：申込ノートでご予約お願いします。



立会い分娩ご希望の方は特に
ご参加をお勧めします。

(申込ノートにお名前記入をお願いします。)

ママクラスでは院内冊子の
「HELLO BABY」にそって、
お話をすすめていきます。

ご夫婦でご参加も多くご主人様もお気軽に
ご参加ください。
参加時には「HELLO BABY」「母子手帳」を
忘れずにお持ち下さい。

妊婦塾 ～育児編～

「産む前に知っておけば
よかった～」と思う内容を
お届けします。

【参加費：無料】



パパママクラス

パパに妊婦生活を疑似体験して
もらい出産するママについて
学んでもらいます。

【参加費：無料】



グラパパ・グラママ 孫育て教室

いくジイ、いくバア目指して
おじいちゃん、おばあちゃんに
孫の育て方、今の育児の方法に
ついて知ってもらう教室です。

【参加費：無料】



着帯教室

腹帯の巻き方にはコツがありますので、きっちりとご指導致します。

【参加費：無料】



うきっこクラブ

当院で生まれた1ヶ月～12ヶ月の赤ちゃん和妈妈の集まりです。育児やおっぱい、離乳食についてみんなで話し合しましょう。

【参加費：無料】



骨盤ケア教室

腰痛、足の付け根の痛み、お腹の重みやだるさ、むくみ、便秘…色々なマイナートラブルの不調は骨盤の緩みによるものかもしれません。骨盤は身体の「要(かなめ)=腰」です！快適な産前産後のために自分の身体を整えましょう。

【参加費：無料】



ベビーマッサージ

赤ちゃん和妈妈のスキンシップです。赤ちゃんが健やかに育つ・ママと赤ちゃんの愛情が深まるなどなどたくさんいい事があります。当院ではわらべうたベビーマッサージを行っております。

【参加費：500円】



マタニティーヨガ

マタニティーヨガのインストラクターによる教室です。4階のお部屋からの景色もお楽しみください。

【当院分娩の方：1000円】
【他院分娩の方：1500円】



ママベビィーヨガ

ママと赤ちゃんと一緒に楽しむ産後のヨガ教室です。産後の身体を整え赤ちゃんに触れ合い親子の絆を深めましょう！抱っここのこも伝授します♪

【当院分娩の方：500円】
【他院分娩の方：1000円】



マタニティーフラダンス

ハワイの大自然をお腹の赤ちゃんと一緒に感じて楽しいマタニティライフを過ごしましょう。

【参加費：500円】



けふばあちゃんの絵本読み聞かせ教室

けふばあちゃんこと大津市文庫交流会乾京子先生に、赤ちゃんへの絵本の読み方、絵本の選び方、読み聞かせの効果、お薦めの絵本などについてお話ししていただきます。

【参加費：無料】



マタニティーノルディックウォーキングクラス

満期になる妊婦さんが安全にウォーキングできる教室です。

【参加費：500円】



俺の育児教室

育児に参加するパパのための教室です。当院助産師と一緒に、実際に自分のお子様と一緒に過ごしてみましょう。

【参加費：無料】



デンタルケア教室

小児歯科を担当する歯科医師による妊婦歯科健診及び幼児の歯磨き指導の教室です。

【参加費：無料】



HAPPY 1st BIRTHDAY

泣いたり笑ったりタッチしたりあつという間の1年でしたね。Happy 1st Birthday! 浮田クリニックでお生まれのお子様達で1歳のお誕生日会をしませんか？皆さまの参加をお待ちしています。

【参加費：無料】



外来用診療時間	月	火	水	木	金	土	日
午前診療 (9:00～12:30)							
妊婦健診(予約)	恵Dr.	恵Dr.	副院長	副院長 (9:00-11:00) 恵Dr. (11:00-12:30)	副院長	副院長	—
産科・婦人科 不妊治療	院長 副院長	院長 副院長	院長 恵Dr.	院長 恵Dr. (9:00-11:00) 村上Dr.(女性) (11:00-12:30)	院長 恵Dr.	院長 女性Dr.(交代)	—
漢方科	院長	院長	院長	院長	院長	院長	—
予防接種・胎児スクリーニング・漢方予約外来 (14:00～16:00)							
予防接種	院長	—	院長	—	—	—	—
胎児スクリーニング	副院長	—	副院長	—	—	—	—
漢方予約外来	—	—	—	—	院長	—	—
乳児健診	—	城山Dr.	—	—	—	—	—
午後診療 (16:30～19:00)							
妊婦健診(予約)	副院長	—	副院長	—	恵Dr.	—	—
産科・婦人科	院長 副院長	—	院長	—	院長 恵Dr.	—	—
不妊治療	広田Dr. (不定期)	—	恵Dr.	—	祐司Dr.	—	—
漢方科	院長	—	院長	—	院長	—	—

院長：浮田徹也、副院長：浮田真吾、祐司Dr.：浮田祐司、恵Dr.：浮田恵、女性Dr.：交代

広田Dr.の外来の有無は適宜お知らせ欄で確認下さい。

■ 女性医師外来：月曜日の午後診のみ不定期での対応となります。

■ 漢方専門医の漢方外来(月～土)：

内科、小児科、皮膚科、産婦人科、整形外科、耳鼻科、眼科など全科領域に対して、日本東洋医学会漢方専門医が診察及び東洋医学の治療をします。来院順に診察します。予約外来ではありません。毎週金曜日「漢方予約外来(午後2時～3時20分)」を院長が担当します。

当院は、日本東洋医学会漢方専門医研修施設に指定されています。

■ 産後母子健診：火曜日・木曜日・土曜日：9:00～予約制 お一人様60分 当院退院後5日目の赤ちゃんとのママの状態の診察と保健指導を行います。

■ 乳児健診：毎週火曜日には、しるやま赤ちゃんこどもクリニック 城山医師による1ヶ月健診を行います。毎週月水曜日 は、院長による乳児健診を行います。

■ 胎児スクリーニング外来：妊娠20-24週の方。月曜日 水曜日 金曜日 午後2時～4時、1人20分前後。予約制。当院で分娩の方3000円 他院分娩の方5000円

■ 予防接種 ワクチン接種外来：

インフルエンザ、BCG、四種混合(DPT-IPV)、麻しん・風しん(MR)、日本脳炎、水ぼうそう、ポリオ、ロタウイルス、おたふくかぜ、Hib(インフルエンザ菌b型)、肺炎球菌ワクチン(小児用 プレベナー)(高齢者)、子宮頸癌予防ワクチン、その他

■ 母乳外来(電話予約制)：

退院した後のママと赤ちゃんの母乳相談や育児相談をプロの助産師がサポートします。授乳や赤ちゃんの体重の増え方、ミルクの飲み具合等について何でもご相談下さい。当院で出産された方 3000円 他院で出産された方 4500円

■ 不妊外来(月～土 午前診/午後診)：

タイミング指導やホルモン治療や漢方治療や精子検査を実施。人工授精も行っています。兵庫医科大学医師の不妊外来は毎週金曜日夜診です。

■ 更年期外来(月～土 午前診/午後診)：漢方薬やホルモン剤やプラセンタ等による総合的な診察を行います。

■ 日本抗加齢学会専門医のアンチエイジング外来(月～土)：

更年期障害、産後乳汁分泌不全の場合は、健康保険での保険診療。その他のアンチエイジングの場合は、自費診療となります。プラセンタ注射、プラセンタ内服薬やドリンク剤等取り揃えております。その他、各種プラセンタ化粧品もありますのでご相談下さい。日本抗加齢学会専門医が対応します。

■ コルボスコピー検査：子宮頸癌細胞診で問題のあった方には当院で実施します。

■ 助産師外来(月～土)：前期：妊娠20週頃 後期：34週～36週頃

皆さんお一人、お一人と触れ合いながら、前期は30分、後期は45分程度の時間(予約制)をかけ、「自分らしい」妊娠・出産・育児を創りあげていけるようパースプランに沿った支援を心がけます。母乳育児にそなえておっぱいの手入れの方法もお話しします。前期は無料、後期は妊婦健診補助券を利用します。

(ただし、大津市以外の方は差額をお支払い頂く場合があります。)

■ 前・中期-ママクラス：無料 (当院で分娩の方対象)/第1土曜日(10:00～12:00) 第3土曜日(13:30～15:30)/立合い分娩の方は特にご参加ください。ママクラスでは院内冊子 (HELLO BABY)にそってお話します。

■ 後期-ママクラス：無料 (当院で分娩の方対象)/第1木曜日(10:00～12:00) 第2,3,4土曜日(13:30～15:30)/立合い分娩の方は特にご参加ください。ママクラスでは院内冊子 (HELLO BABY)にそってお話します。

■ 帝王切開向けママクラス：無料 (当院で分娩の方対象)/第1金曜日 (10:00～12:00) 週数に制限はありませんので、帝王切開での分娩予定の方はいつでも参加下さい。

■ 妊婦塾～育児編～：無料 (当院で分娩の方対象)/第1火曜日 (10:00-12:00) 浮田クリニックとママの声が集まる「YUMEMURA」のコラボ企画。

■ ババママクラス：無料 (当院で分娩の方対象)/第2,4土曜日 (13:30～15:30)/ババに妊婦生活を疑似体験してもらい、出産するママについて学んでもらいます。

■ グラママ・グラババ子育て教室：無料 (当院で分娩の方対象)/第3水曜日 (13:30～15:30)/おじいちゃんおばあちゃんに孫の育て方、今の育児の方法について学んでもらいます。

■ 着帯教室：無料 (当院で分娩の方対象)/第2火曜日 (14:00～15:00)/腹帯の巻き方にはコツがあります。きっちりご指導します。

■ 骨盤ケア教室：無料(当院で分娩の方対象)/第1水曜日(10:00～12:00,13:30～15:30)/骨盤は身体の「要(かなめ)=腰」です。快適な産前産後のために自分の身体を整えましょう。

■ マタニティヨガ：当院分娩の方は1,000円、他院分娩の方は1,500円/第1火曜日(14:30～16:00) 第3火曜日(14:30～16:00)/

マタニティヨガインストラクターによる教室です。

■ マタニティフラダンス：参加費500円/初回参加の方:第2金曜日 (15:00～16:00) 2回目以降の方:第4金曜日 (15:00～16:00)/マタニティフラを通じてお腹の赤ちゃんと一緒に踊りましょう。

■ マタニティノルディックウォーキングクラス：参加費500円 (当院で生まれた赤ちゃん対象)/第2木曜日/みんなで一緒に外で運動してリフレッシュしましょう。

■ デンタルケア教室：無料/第4火曜日(妊婦歯科健診 14:00～16:00/幼児の歯磨き指導 14:30～15:00)/小児歯科専門の歯科医師による妊婦歯科健診及び幼児の歯磨き指導の教室です。

■ うきこクラブ：無料 (当院で生まれた赤ちゃん対象)/ジュニア第1木土曜日 (14:00～16:00) ジニア第3,4木曜日(10:00～12:00)/育児・おっぱい・離乳食についてみんなで話しましょう。1ヶ月～12ヶ月の赤ちゃんとのママの集まりです。

■ ベビーマッサージ：参加費500円 (当院で生まれた赤ちゃん対象)/第2水曜日 (10:00～11:30/13:00～14:30)/わらべうたベビーマッサージを通じて、ママと赤ちゃんのスキンシップを育みましょう。

■ ママベビーヨガ：当院分娩の方は500円、他院分娩の方は1,000円/第2火曜日 (10:00～12:00)/ママと赤ちゃんと一緒に楽しむ産後のヨガ教室です。

■ けふばあちゃんの絵本読み聞かせ教室：無料 (当院で生まれた生後1ヶ月～2歳未満の赤ちゃんとのママ対象(ママのみの参加も可)/初回参加の方:第3金曜日(10:00～12:00) 2回目以降の方:第4金曜日(10:00～12:00)/

けふばあちゃんこと大津市文庫交流会乾 京子先生による絵本についてのお話です。

■ 俺の育児教室：無料 (当院で生まれた首の座った頃～満1歳までの赤ちゃんとのババ(対象)/第3土曜日(10:00～12:00)/育児に参加するババのための教室です。

■ HAPPY 1st BIRTHDAY：無料 (当院で生まれた赤ちゃん対象/該当月に1歳を迎える方)/第4月曜日(10:00～12:00/14:00～16:00) 第4水曜日(10:00～12:00/14:00～16:00)/

赤ちゃんの1歳誕生日はもちろんのことママ1年のお祝いも兼ねた楽しいパーティーです。