

加瀬病院の  
今の情報が  
よくわかる

# KASE HOSPITAL PLUS

加瀬病院広報紙「プラス」

7

July 2020  
vol.32

TAKE  
FREE



## 妊娠・子育てQ&A

妊娠から出産、育児相談まで  
あなたの「どうしたらいいの?」に答えます。  
よくある質問から当院スタッフがアドバイス!  
質問はいつでも大歓迎ですので  
お気軽に相談してください!

|今回は私たちがお答えします!|

助産師  
江澤 香織

助産師  
黒瀬 直子

**Q** 初めての産。仕事が忙しく34週の産休までに13kg太ってしまった。体重計は自宅にあるが一回ものったことはない。これからどうしたら太らずにすむか?

**A** 今までお仕事が忙しくて、とても大変だったんですね。太ってはいけないと思いつつも今日に至ったんですね。今日からの努力でよりよいお産が出来ると思いますので新たなスタートを切りましょう。まず毎日体重計にのって、和食の減塩食やバランスのよい食事を心掛け一口30回ほどかんで召し上がって下さい。ママの食事でお赤ちゃんの脳と身体が作られることを意識してこれからの数週間を過ごして下さい。又、早寝早起きや軽い運動、家事も大切です。是非元気なお赤ちゃんに逢えるよう頑張ってください。

**Q** お産の入院の用意は、いつ頃準備すれば良いですか?どんな物を準備すれば良いですか?

**A** 妊娠30週頃に、入院時の持ち物の用紙をお渡し、説明させて頂いております。持ち物は、前開きのパジャマ2~3枚、前開き産褥ショーツ、産褥ブラ2~3枚、フェイスタオル3枚、バスタオル1~2枚、レッグウォーマー、ボールペン1本、退院時の赤ちゃんのお洋服です。ナプキンや赤ちゃんのおムツ、おしりふき、母乳パッドなどは当院で準備しております。ポストンバッグ1つ程のお荷物で済ませて頂き、37週以降の診察の際は、いつ入院になっても大丈夫なように、車に積んでいらしてください。

## お手紙をいただきました

育児中の先輩ママからお手紙をいただきました!



第一子の出産時にもこの等身大アルバムを頂いたのがとても良い思い出の一つとなっており、今回も大変楽しみにしていました。毎月誕生日にアルバムと並べて写真を撮って成長を記録しています。成長具合が簡単に比較出来ますし、何より二度と戻れない生まれたてのサイズを残せるのは、本当に貴重で嬉しいところです。



コロナで等身大アルバム撮影出来ないと聞いてとても残念でしたがそれに代わる同じようなアルバムを手配していただき感謝します。上の子は誕生日の度に比較として毎年一緒に撮影してるので下の子も同じようにしたいと思います!



とても素敵なアルバムがプレゼントでもらえて、とても嬉しいです。大切にさせていただきます。

この度は大変お世話になり、ありがとうございました。スタッフ様たちの対応や様々なプレゼントがあり、加瀬病院で出産して良かったです。



コロナで上の子と同じタイミングで撮影出来なかったのが残念ですが、素敵なアルバムになりました。

ありがとうございます。



等身大アルバムを受け取りました。

記念になるものでとても嬉しいです。

ありがとうございました!



一生の思い出になりました。本当にありがとうございました。  
息子のベストショット感動しました。



出産にあたって様々なサービスありがとうございます。  
あっという間に成長するので、産まれたときの小ささや  
感動を大切にしたいです。とてもいい記念になります。

とても難産で不安な中、たくさん言葉をかけてくださいました。産後のオッパイ指導ではなかなか上手いかわからなくてどうしていいかわからない時に、個人で指導してくれてなんとか退院までに飲ませることができました。お産だけではなく、いろんな面でお世話になりました。



## エステルーム



出産後は妊娠中の体の変化や出産後の疲労により、心身ともに大変疲れています。当院では出産後、少しでも早くお肌が戻るように、ご出産されたお母様に無料でエステのサービスを行っております。

十分な経験と実績を積んだエステティシャンが担当いたしますので安心してご利用ください。  
お肌のケア・心身のリラックスとしてご好評いただいております。



## 【7月生まれの性格】

### 地道で柔軟で上品

7月は陰陽五行で「晩夏の土」。木を守る石垣を築く土壌のように、すべてを受け入れるやさしさを持った円満主義者です。思いやりが強く、誰とでも仲よくなる能力に長けています。上品で丁寧、柔軟。人を利用する

ことも意外に上手です。優しさの反面、取り越し苦労が多く、大胆さに欠けるところも。気が小さく、ストレスに対して弱いなど、社会の中ではあまり目立たないながらも、芯の強さで地味な努力を続け、成功を収めます。

## 【7月の誕生石】

### ルビー

その圧倒的な存在感は「宝石の女王」と呼ばれるゆえん。情熱的で華やかな強いエネルギーを持つ石です。勝利を呼び生命力を高め、恋愛で積極的になることができます。ちなみに和名は「紅玉」。あのりんごの品種は、輝くルビーからつけられたのです。

## 7月生まれの芸能人

明石家さんま（1955年7月1日）  
岡村隆史（1970年7月3日）  
三谷幸喜（1961年7月8日）  
前田敦子（1991年7月10日）  
能年玲奈（1993年7月13日）  
久保田利伸（1962年7月24日）  
スガシカオ（1966年7月28日）

## 7月のイベント



まずはなんと言っても

### 七夕伝説

『あるところに、彦星という若者と、神様の娘である織姫がいました。2人は働き者でしたが、結婚すると急に仕事をせず怠けるようになってしまいます。怒った神様は2人を引き離して天の川を作ってしまいました。引き離されて泣き暮らす2人の姿に、神様は「心を入れ替えて働いたら1年に一度だけ会わせてあげよう」と伝えます。2人は会える日を心待ちにしながら、一生懸命仕事に励むようになります。七夕の日に雨が降ると天の川が渡れなくなってしまうのですが、そのときにはカササギが羽を広げて橋を作ってくれます。』

実は...

### 七夕の由来

七夕は、奈良時代に中国から伝わってきた文化です。かつての中国では、7月7日に織物の上達を願って乞巧奠（きこうでん）という祭礼が行われていました。これは針仕事や織物といった仕事の上達を天に願う行事。織物をするための機械が棚機（たなばた）と呼ばれていたのが、七夕の語源とされています。現代の七夕祭りは、乞巧奠の行事とロマンティックな七夕伝説とが混じり合いながら今に伝わっているのです。七夕の由来を聞かれたときには、子どもが理解できるよう分かりやすく教えてあげたいですね。

知ってますか？

### 七夕の短冊の意味

織物の上手な織姫にあやかって「ものごとが上達しますように」と星に願う行事になっていきます。やがて、子どもたちが上達したいことや将来の目標を短冊に書いて笹に吊るすようになったのが、七夕の短冊の始まりとされています。

# 母親教室が7/10から再開されます

お申込み、お問合せは当院受付までお願いいたします。



## 母親教室【予約制】

母親教室とは「妊娠前期」と「妊娠後期」の方を対象に、妊娠や出産への知識や理解を深めていただくための教室です。

妊娠7ヶ月以上の方	毎週金曜日	13:30~15:00	分娩の経過と呼吸法、出産・入院のご案内、沐浴の仕方
-----------	-------	-------------	---------------------------

※詳しくは別途案内チラシをご覧ください。

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、**各回10名限定**でおこないます。



## お知らせ

### 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) について

コロナウイルスとは発熱や上気道症状を引き起こすウイルスで、人に感染を起こすものは6種類あることが分かっています。新型コロナウイルス感染症がどのように感染するのかについては、現時点では、飛沫感染(ひまつかんせん)と接触感染の2つが考えられます。

妊婦さんは本症に対しては、インフルエンザ予防と同様ですが、特に「人混みを避ける」、「頻回に手洗い・消毒(アルコール等)」、また、マスク着用などを励行してください。

### 院内での各種教室・イベントの中止

7月の各種教室、同窓会は新型コロナウイルスの感染予防のため全て中止とさせていただきます。

#### 【中止対象教室・イベント】

- 1歳同窓会
- ソフロロジー教室
- アフターベビービクス
- マタニティビクス
- マタニティサッシュベルト講座
- マタニティフォト無料撮影会



# 休診日カレンダー

■ 休診日

2020年1月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

2月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29

3月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30	31				

4月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30		

5月

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
3	4	5	6	7	8	9
10	11	12	13	14	15	16
17	18	19	20	21	22	23
24 31	25	26	27	28	29	30

6月

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

7月

日	月	火	水	木	金	土
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

8月

日	月	火	水	木	金	土
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23 30	24 31	25	26	27	28	29

9月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

10月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17
18	19	20	21	22	23	24
25	26	27	28	29	30	31

11月

日	月	火	水	木	金	土
1	2	3	4	5	6	7
8	9	10	11	12	13	14
15	16	17	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28
29	30					

12月

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31		



お母さんと赤ちゃんに優しい病院

## 加瀬病院

**診察時間** 月～金曜日 9:00～18:00  
土曜日 9:00～13:00

**面会時間** 13:30～20:00

**見学時間** 10:00～18:00

TEL 029-273-2071

〒312-0033 茨城県ひたちなか市市毛835

電話は24時間、毎日つながります。

<http://www.kasehp.jp>