おめでとうございます！　平成21年　500人目の赤ちゃん

４月７日生まれ　長澤　秀（しゅう）君・お母様　順子様

ご主人のお仕事で群馬県に住まわれて３年になる長澤さまに、第２子となる秀くんが誕生しました。

秀くんの誕生の瞬間はいかがでしたか？
—実は長女は千葉県で出産したのですがその時は60時間かかりました。おしるしがあって陣痛が来て、でもそこから先がなかなか進まず、もう疲れ果ててしまい、結局吸引分娩となりました。なのでお産イコール辛いイメージだったのですが、今回は、13時間で、しかも自力で産めたことにすごく感動しました。まるで初めての子みたいに感激して、ＬＤＲで大泣きでした。痛みはありましたけど、とってもかわいくて。

ご主人の反応は？
—とても喜んでくれました。カメラの準備がしてなくて、急いで自販機でインスタントカメラを買って撮ってくれました。「お疲れ様。がんばったから１ヶ月くらいして体が戻ったら、リフレッシュに旅行でも行こう」と言ってくれました。

お姉ちゃんの舞雪（まゆ）ちゃん（4歳）の反応はいかがでしたか？
—つわりで入院した時には割と平気そうでしたが、この子が生まれたら泣くようになりました。入院で離れて寂しいのもあるのかもしれませんね。

群馬に来られてから妊娠されて、佐藤病院を知ったきっかけは？
—主人の勤め先で、すすめられました。こちらでお産した方もいて、色々教えてくださり助かりました。

通院・出産で不安や心配はありませんでしたか？
—つわりで入院した時にはずいぶん甘えさせていただきました（笑）。色々な角度からサポートしてもらえたので、地元じゃないという不安はなかったですね。看護師さんたちも優しくて良かったです。

秀くんに望むことは？
—とにかく元気に育ってくれればそれでいいです。大きくなって彼女を連れてきても、認めたくないですね。（笑）

おっぱいが大好きなんですよ、と微笑む長澤さま。ご協力ありがとうございました。一ヶ月健診時に院長よりお祝いのアルバムを贈らせていただきました。
おめでとうございます！

教えて久保先生！　デリケートゾーンのかゆみについて

久保祐子医師
産婦人科専門医
ウェルエイジングチーム医
１児の母
皆さんのご質問を
お待ちしています！

今回はお寄せいただいたご質問「デリケートゾーンのかゆみ」についてお答えします。

女性のデリケートゾーン（外陰部）は、他の皮膚に比べ角質層が薄く刺激に弱くなっていますから、「かゆみ」を体験する方は非常に多いのではないでしょうか。

原因としては、

①おりものや月経血、汗・尿・便などによる刺激や汚染
②ガードルやストッキングなど体にぴったりした衣類による刺激
③生理用品などによる刺激や雑菌の繁殖
④ホルモンバランスの低下

が考えられます。
これらの解決法として、

①トイレのあとは洗浄便座などを利用し清潔を保つ。でも清潔を意識しすぎて、本来、自浄作用のある膣内まで洗い流さないようにしましょう。また石鹸でこすり洗いをすると、皮脂まで洗い落とされて、さらにかゆみを引き起こすことになってしまいます。

②③ムレ予防にこまめに生理用品を替え清潔を保つ。また通気性・吸湿性の良い清潔な下着と、ゆったりとした衣類を着用する。デリケートゾーンを風通しよくすることが理想です。生理用品を刺激の少ないコットン素材のものに替えてみるなどの工夫もおすすめです。また、これからの季節は、洗濯後部屋干しした下着をそのまま引き出しに入れるのも、かゆみのもとになります。日光に当てる・乾燥機で乾かす・アイロンを当てるなど、カビを防ぐこともお忘れなく。洗濯後の下着に残った洗剤が原因になることもありますから、よくすすぐようにしましょう。

④規則正しい生活をし、ストレスをためない。生理中はホルモンバランスの変動により、免疫力・抵抗力が低下したり、お肌が敏感になったりします。特に閉経後は卵胞ホルモン分泌量の低下で、症状も頻繁になると考えられます。加齢とともに肌のハリが減ってかゆくなることも考えられます。普段から体を健康に保ち、ストレスに負けない体づくりを心掛けましょう。

また、咳やくしゃみ、スポーツなどで尿が漏れてしまう人もいます。このときは、生理用ナプキンではなく尿漏れ専用パッドを使うのが良いでしょう。

かゆみを止めるための軟膏もいくつか市販されていますが、感染症などの病気によるかゆみの場合に悪化させてしまうことがあるので「ステロイド剤の入っていないもの」を選ぶと良いでしょう。

いずれにしても、市販の軟膏でもかゆみが軽減しないときや、痛みや発熱を伴うとき、おりものに臭いが伴うときや形状が普段と違うときには、婦人科を受診した方がよいでしょう。

連携医紹介　寺尾こどもクリニック　院長　江原　弘佳先生

月２回土曜日の午後に、新生児回診１ヶ月健診を担当しております。専門は、新生児・未熟児です。低出生体重児や病気をもった赤ちゃんが病院を退院するときのお母さんの不安そうな顔を見て、退院後の受け皿になろうと思い、平成２年に寺尾町に寺尾こどもクリニックを開院いたしました。

基本方針は、「大切なお子様を親と共に守り育てる」です。かけがえのない大切なお子様を守るために基本方針に基づき当医院は、「病気の治療」「保健指導の充実」を二つの柱として、全スタッフで一人ひとりのお子様のトータルケアをめざしています。そのために「泣いて来院なさったお母様方を笑ってお帰えしする」をモットーに「生命を守る医療」と「生命を育てる医療」の二つをおこなっております。

赤ちゃんが、生まれて育っていく過程で、お母さんの心配事はそれぞれの時期によって違ってきます。まずは、おっぱいの心配です。おっぱいを飲んでくれない、おっぱいが足りているかわからないなど様々です。その悩みを解決するべく、助産師が対応いたします。

次の心配は、離乳食です。離乳食を食べないとか何をあげたらよいのかわからないなど、これもお母さんたちの悩みの種です。そのため栄養士がていねいに指導しております。１歳を過ぎてくると今度は、しつけの問題が出てきます。多くのご家庭では、やはりお母さんが、お子さんと日々格闘しているのではないかと思います。そのとき、お母さんは、果たしてわが子に対する自分の対応がこれでよいのかと自問自答しながら、悶々としているのではないかと想像されます。当院では、臨床心理士がおり、お母さんに寄り添いながら、お子さんの育児がスムースにいくように指導しながら、お手伝いをしております。

現在は、核家族が多く、また子育てに対する対応も昔とは変わってきております。そのような中でお母さんたちが、育児ノイローゼとなり、悲惨な結果を耳にするところです。そうならないためにも小学校に入学する前までは、安心して楽しく子育てができるように各エキスパートとともにお手伝いをしていきたいと思っております。

高崎市寺尾町2659-1
寺尾こどもクリニック
027-324-7788
HP　http://www3.wind.ne.jp/t-kodomo/

でばりの由来

佐藤病院は、今も「舘出張：たてでばり」の名前で呼ばれています
これは江戸時代より観音山の「舘」地区より高崎藩城下に出張診療を行い明治初期に現在地（高崎市若松町）に移転してきた歴史を持つからです。

佐藤病院理念

私たちは出産を中心に女性の生涯にわたる専門病院として、優秀なスタッフによる最新医学を取り入れた診療内容を地域社会に提供する使命を自覚し、温かみのある看護とサービスにより、患者様一人ひとりに愛される病院を目指します。

基本方針

1. 地域に密着した女性専門病院として女性の生涯に貢献する
2. 常に学び続け、医療技術の向上を図る
3. 医療のプロとして誇りを持って行動し患者様の信頼に応える
4. 互いの信頼関係を大切にし、信頼の輪を広げる
5. 経営環境を自覚し、適応する効率と改善に努力する

患者さまの権利章典

当院は患者さまの医療に対する主体的な参加を支援するために、以下の「患者さまの権利章典」を尊重し診療を行います

1. 患者さまには、医療提供者との相互の協力関係のもと、良質な医療を得る権利があります
2. 患者さまには、医療従事者が提供する治療法に関して、自らの意思で決定する権利（選択する権利と拒否する権利）があります
3. 患者さまには、診療録等の開示を求める権利があります。また、診療過程で得られた個人情報の秘密が守られる権利があります
4. 患者さまには、医療従事者に対して、患者さま自身の健康に関する情報をできるだけ正確に伝えていただく責務があります
5. 患者さまには、すべて患者様が適切な医療を受けられるために、他の患者様の治療に支障を与えないように配慮していただく責務があります

新入職員紹介　よろしくお願いしたします！

質問内容：所属（職種）・名前　①生まれ変わったら何になりたい？　②私の宝物・プチ自慢　③最近感動した本や映画

総務部：黒澤和樹
①大富豪
②優しい家族
③最近、感動した映画や本を見ていません

総務部：大河原美保
①鳥。空を飛びたい
②母からもらったネックレス　友達と撮った写真
③ドロップ。号泣しました

総務部　ゆうゆ：櫻井千春
①自動車整備士
②家族と愛猫５匹
③おくりびと

医事部：清水祐子
①今とは全く違う環境にいる人
②家族と友達
③「それでもボクはやっていない」
私は電車で通勤しているので、とても身近に感じられました

医事部：福島由美子
①南国の住人
②特にありません
③「マンマ・ミーア」
とても楽しかったです

医事部：宮川紀子
①かわいい韓国人
②ペットの猫
③「一日一生」という本

助産師　茂木紫織
①太陽
②自分の部屋にある物全部
③ドロップ

助産師　初谷まりえ
①美人
②仲良しな友達がとても　いい人ばかりなこと
③ドロップ

助産師　西嶋浩子
①冒険家・MOTO-GPライダー　F1レーサー
②バイク・着物
③植村直己「極北に駆ける」

助産師　中澤ひと美
①ドラえもん
②友達
③ドロップ

助産師　田村未来
①今ドキはやりの　女子プロゴルファー♡
②こぶしが口に入ります（笑）
③特になし

助産師　正田明日香
①フライトアテンダント
②プチ自慢：着付けが出来る
③余命１ヶ月の花嫁

看護師　柳澤さゆり
①空を飛べる何か
②庭で育てている野菜と花
③特になし

看護師　滝原明奈
①海外ドラマの主人公
②海外ドラマ BONES の DVD ！！
③天外脳外科医、福島孝徳「奇跡の指先」

看護助手　田村百合子
①セラピスト
②友人
③100%幸せな1%の人々

看護学生：有坂晶
①ねこ
②友人
③特になし

看護学生：八木綾香
①ねこ
②ペットのねこ
③特になし

助産師：
佐藤麻由子

助産師：
新宮智秋

助産師：
小林好美

私たちは、高崎市医師会立高崎助産師学院の１期生で、この春「助産師」となりました。今までの看護経験を活かし、母子の健康と安全で快適なお産のために全力をつくしてがんばります！

お知らせ　妊婦健診受診票のお知らせ

高橋喜一郎　医事部長

妊婦健康診査（妊婦健診）は、健康保険の適用がなく患者様の経済負担が大きいため、平成20年までは5回分の健診料の一部を公費で受診出来ました。これが今年より大幅に拡大され、群馬県では最大14回分の健診料の一部を公費で受診出来る様になり、患者様の経済負担が大幅に軽減されました。

当院では、母子手帳発行時に発行される妊婦健康診査受診票14枚全てを妊娠初期に一括お預かりし、健診時期・健診内容に合った時期に受診券を使用させて頂いております。セミオープン利用や里帰り出産、転院等のため他院で受診される場合には、返却させていただきますので、フロントまたは相談コーナーまでお申し出ください。

妊婦健診は、お母さんと赤ちゃんの健康を守り、妊娠が順調かどうかチェックするためのものですので、毎回指定された時期に、受診される様お願い致します。

又、使用させて頂いた時は、会計時に受診票を使用した旨を患者様にお伝えしており、領収証の自費項目の公費負担分に一〇〇〇〇円の表示が印刷されます。（1回の健診につき一枚のみ利用となりますのでご注意ください。）

ブログのご案内

※佐藤病院公認ブログ「でばり通信」
http://blog.livedoor.jp/debari/

携帯は
こちらから

※副院長ブログ「雲のように」
http://kumonoyouni.cocolog-nifty.com/
※最新の不妊治療について紹介しながら、楽しみながら子づくりすることを考える副院長ブログ「Babyは寝て待て」
http://kumonoyouni.cocolog-nifty.com/makeababy/
※赤ちゃんが欲しい女性と医師のメディカル・コミュニティサイト「HugeHug」
http://hugehug.jp/