

院長より新年のご挨拶

明けましておめでとうございます。皆様にとりまして素晴らしい年になりますよう、心よりお祈り申し上げます。

武漢から始まった新型コロナも、発生から2年が経過します。昨年は1年間のうち7ヶ月間は緊急事態宣言下の状況でした。第5波が終息し、現在はある程度落ち着いていますが、気を緩めることなく第6波に備える必要があります。

引き続き感染予防対策を講じつつ、安心・安全な医療を提供できるように努力して参ります。本年もよろしくお願ひいたします。

* スタッフ自己紹介

広報ネーム：ドンペーさん
誕生日：3月1日
血液型：B型



* コロナが落ち着いたら、やりたいことは何ですか？
→ みんなで集って大宴会！

広報ネーム：Maririnさん
誕生日：5月31日
血液型：O型



* コロナが落ち着いたら、やりたいことは何ですか？
→ ・朗読会
・勉強会等イベント企画、参加
・温泉巡り、旅行♪



広報ネーム：右利きさん
誕生日：6月16日
血液型：A型

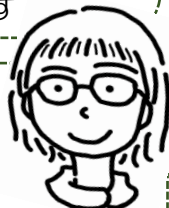
* ・ 外食。美味しいご飯を食べて、
美味しいお酒をのみたいです
・ コミケに行きたいです



広報ネーム：軽トラさん
誕生日：6月5日
血液型：O型

* ・ ライブ
・ ディズニーランド
・ マスクを外して皆で食事に行きたい！

広報ネーム：メルカリ先輩さん
誕生日：9月10日
血液型：B型



* ・ 1日ディズニーランドで思いっきり遊んで
美女と野獣エリアをまわりたい☆
・ 海外旅行に行きたい♪

広報ネーム：モンブランさん
誕生日：8月6日
血液型：O型



* ・ 高校時代の友達と女子会したい
・ オタク友達と全国聖地巡礼に行きたい
・ 子どもと釣り・野球観戦に行きたい☆



広報ネーム：しあわせいっぱい
ゆめいっぱいさん
誕生日：8月9日
血液型：O型

* ・ 美術館、博物館めぐり♪
・ マイピッグ（マイクロブタ）
カフェに行きたい☆



広報ネーム：大人の炭酸大好きさん
誕生日：4月25日
血液型：O型

* 子どもたちは飛行機に乗ったことがないので
北海道・沖縄に家族旅行がしたいです♪
今はコツコツ旅費を貯めています！

広報ネーム：ドナルドだいすきさん
誕生日：5月6日
血液型：O型



* 子どもたちが行きたがっている
ユニバーサルや旅行に行きたいです♪

誰がどのスタッフでしょうか？♪



質問BOXにお答えします

☆☆☆ ☆☆☆

質問BOXのお答えボードを診察室前に設置いたしました！
順次回答していきますので、疑問に思ったことなどが
ございましたら、ご自由にご記入ください♪



Q：乗り物に乗りながら本を読んでも酔ったことがないのですが、
三半規管が原因のめまいと聞いて、酔うこととめまいは別なのか疑問に思っています。

A：どちらも三半規管が関係しています！
めまいの原因の1つは、内耳にあるカラダの平衡感覚をつかさどる前庭（三半規管等）
の異常です。乗り物酔いは揺れによる三半規管への刺激、不快に感じるにおい、
睡眠不足や体調不良などに影響されます。発生のメカニズムは違いますが、三半規管が
関わっており症状も似ているんです！
※めまいについて、詳しくまとめたものがA5チラシにございます♪

車酔いってなに??



乗り物酔いは『動揺病』という耳の病気の一つです。
車やバス、電車、船など乗り物の揺れ、不規則な加速・減速の反復などを前庭や目やカラダで感知して
脳に伝える際にそれぞれからの情報にズレがあり、脳が混乱することによって起こる自律神経系の
病的反応で吐き気・嘔吐などの症状があらわれます。

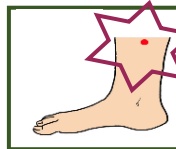
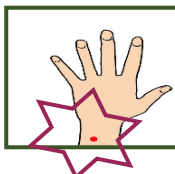
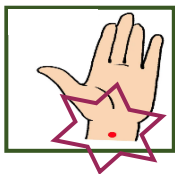
一般的に乗り物酔いは子どもに多い症状です。
3、4歳頃から症状があらわれて、年齢とともに増加していきます。
小学校（高学年）から中学生時代にピークに達して、徐々に減少していきます。



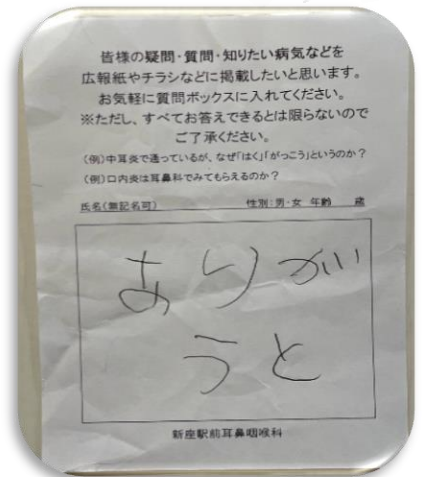
乗り物酔いに効くとされるツボ

- ①内関：平衡感覚を正常にする働きがあります。胃の不快感や吐き気を
和らげ、乗り物酔いに効くとされています。
※また二日酔いに効くツボとしても知られています。
位置→手のひらを握ったときに出る2本の腱と腱の間、手首の関節から
指3本分離れたところ
- ②外関：自律神経を整える効果があるとされ、車酔いの諸症状や頭痛にも
効果があります。
位置→手の甲と手首の境目にあるしわの真ん中から指3本分離れたところ
- ③築賓：車酔いで気分が悪くなったときに押すと効果的で、吐き気の解消が
期待できます。
位置→ふくらはぎの内側にあり、内くるぶしから指5本分離れたところ

①内関（ないかん） ②外関（がいかん） ③築賓（ちくひん）



質問BOXに、心温まるメッセージを
何通かいただきましたので、その中の1通を
ご紹介いたします。



大掃除の様子・・・

入口のスロープや診察室の床なども
激落ちくんとぞうきんを使ってピカピカ
にしています。
また絵画を一つ一つ外して、ホコリを
はらい拭き掃除でキレイにしています。



クリスマスの飾り付けの様子・・・
クリニック全体がクリスマスモードに☆
この時期、掛け時計のメロディーに注目
して聴いてみてください！
クリスマスにちなんだ曲になっています♪



院内にある植物『フィカス アルテシマ』に
ハート型の葉っぱがあるんです♥
何か良いことが起こるかも・・・?!