

Happiness 通信

2023
Summer

iii 三宅医院

iii 三宅医院 問屋町テラス

iii 三宅おおふくクリニック

iii 三宅ハロー歯科

iii hug me

地域の健康と幸せづくりのパートナーとして



医療法人 緑風会 理事長
三宅医院 院長
三宅 貴仁
[夏に聴きたい曲]
BOY MEETS GIRL/TRF

3年以上にわたり世の中を混乱させた新型コロナウイルスも5月の感染症法上の位置づけ変更により、ようやく1つの区切りを迎えました。この間、通院中の患者さんや赤ちゃんを感染のリスクから守るため皆様には多大な制約やご負担をお掛けしました。ご協力で改めて感謝申し上げます。

人と人の接触を避けるためオンライン診療やWebセミナーも一般化しましたが、一方で対面での安心感、面と向かって話すことの大切さを再認識することとなりました。これから生活が正常化していくにつれて、オンラインなどのツールを上手く活用しながら人と人の温かみを残した医療やサービスが求められてきます。また地域のあり方や地域に密着した医療機関としての役割も見直されてきます。

現代の社会では少子化と地域の人口減少という課題が深刻化しています。これにより私達の役割はより重要なものとなってきていると実感しています。三宅医院グループでは不妊治療から出産、婦人科疾患や更年期の治療まで、女性の生涯を通じた健康をサポートするため、幅広い領域での専門家による医療の提供と、一人ひとりの女性のニーズや状況に合わせた包括的な医療を追求し、皆様の幸せづくりに貢献すべく支援して参りました。

私達のグループの特徴は単に医療を提供するだけではなく、患者さんとの信頼関係を築きながら心のケアと情報提供にも力を入れていることです。患者さんとの対話を通じて健康に関する選択肢を理解し、自らの意思で進むべき道を選ぶことができるように努めています。

我々三宅医院グループは女性の生涯にわたる健康と幸せを支える存在であり続けます。これからも変わらぬ情熱と使命感を持ち、女性の健康への貢献を通じて地域の幸せづくりを追求していきます。これからも皆様と共に歩み、よりよい未来を作り上げるために努力して参りますので宜しくをお願いします。





産科

母乳育児を通して母子の絆づくりを応援！



助産師
佐竹日奈
[夏に聴きたい曲]
夏色/ゆず

三宅医院は妊娠中から産後まで継続した母乳育児支援に取り組んでいます。
なぜ、継続した母乳育児支援が必要なのでしょう？
「母乳って出産したら自然に出るもの」「赤ちゃんがすぐに吸ってくれる」と思われている方がほとんどだと思いますが実は、そうではないんです。
お母さんから分泌されるおっぱいホルモンと、赤ちゃんがおっぱいを吸うという両者の連携によって成り立っています。
この連携をよりスムーズに行うには妊娠中からのケアが大切です。



当院では、妊娠20週頃から助産師と一緒に乳輪・乳頭のケアを行っていきます。妊娠中、このケアを続けることで、出産後赤ちゃんが気持ちよくおっぱいに吸い付けられるようになります。
入院中は、自宅に帰ってからの生活により近い形で過ごせるようスタッフがサポートし、退院後も、日々変化するおっぱいの状態や赤ちゃんの成長に合わせて継続的に支援できるシステムを構築しています。

妊娠中

妊婦健診の際、赤ちゃんが吸いやすいおっぱいを目指して、乳頭マッサージを開始します。

01



退院後

体重チェック、オンラインでの母乳育児相談、母乳外来・2週間健診・乳幼児健診での母乳育児相談でフォローします。

03



入院中

赤ちゃんが直接吸い付けられるよう、おっぱいのケアをし、退院後の生活を想定した母子同室を行います。

02



産婦人科 外来

最新鋭の4D超音波診断装置Voluson Expert 22を導入

産婦人科外来に超音波検査の新機器“Voluson Expert 22”が導入されました。
従来の超音波診断装置Voluson E10よりさらに高画質かつ高度な3D/4D技術で、胎児の様々な疾患や表情を妊娠早期から検出できるようになりました。
赤ちゃんの3~5%は何らかの疾患をもって生まれてくるといわれています。中でも先天性の心疾患は頻度・緊急度・重症度ともに高く、現在100人に5人の赤ちゃんに先天性の心疾患がみられ、重症例は1,000人に5人といわれています。
胎児スクリーニング検査はこのような異常を早期に発見し、超音波専門医による精査や小児外科医の診断に繋げ、赤ちゃんの状態にあわせて安心・安全な出産を迎えていただくための検査です。
当院では超音波検査士（産婦人科領域）やFMF認定資格を持った専門の臨床検査技師が、最新鋭の4D超音波診断装置Voluson Expert 22を用いて妊娠初期から詳しい検査をしています。また、胎児の表情や仕草を立体的にリアルタイムで見ることができる4Dエコーも、よりリアルで鮮明にご覧いただけるようになりました。



臨床検査技師
小柳 彩
[夏に聴きたい曲]
夏色/ゆず



頸部浮腫 (NT)



胎児心臓



14週 胎児



7か月 胎児



8か月 胎児



手



より精度の高い検査を提供できるよう、学会発表にも取り組んでいます。
2023年5月27日~29日に埼玉県で行われた「第96回日本超音波医学会学術集会」に参加しました。最新の超音波装置を用いての研究や症例報告など、医師・臨床検査技師合わせて14演題を発表しました。他施設との情報交換を含め、大変有意義な会でした。安心して出産を迎えていただけるようにこれからもスタッフ一同研鑽に努めてまいります。





予防接種とは

人の体が免疫を作る仕組みを利用して、病気に対する抵抗力を高めるものです。赤ちゃんや子どもは、病気に対する抵抗力(免疫)が大人に比べてたいへん未熟です。生まれる前にお母さんからもらった免疫(抗体)も、数か月たてば弱くなってしまいます。

予防接種の目的

ワクチンで防げる病気から赤ちゃんの健康を守ることです。接種するワクチンがどんな病気を予防するか知っておきましょう。また、生後2か月を過ぎたら予防接種スケジュールをもとに接種遅れや漏れのない様に無理のない範囲で進めていきましょう。

ワクチンの種類は以下のように多数あり、ほとんどのワクチンが1種類のワクチンに対して複数回接種します。また、次に受けるワクチンまでの接種間隔も様々です。

生後6か月までに受けたいワクチンは6~7種類(接種回数は15回以上)もあります。接種を受けなくても、赤ちゃんがいつも体調がよいとは限りません。効率的・効果的な受け方を考えて、一度に数種類のワクチンを接種する「同時接種」を取り入れています。



メディカルアシスタント
小森野絵
[夏に聴きたい曲]
ひまわりの約束/秦基博



定期接種
開始月齢

2か月~ Hib感染症

Hib感染症は、敗血症や細菌性髄膜炎などを引き起こします。

2か月~ B型肝炎

感染力の強いウイルスが体内に入り、肝臓に炎症を起こします。炎症が続くと、肝硬変や肝臓がんが進行することがあります。

2か月~ ロタウイルス

ロタウイルス胃腸炎は、下痢・嘔吐・発熱が起こります。脳炎・脳症などの合併症もみられます。
※生後8週~14週の間に受けましょう!

2か月~ 小児の肺炎球菌感染症(4回)

細菌性髄膜炎や敗血症・肺炎・細菌性中耳炎などを起こします。

2か月~ 四種混合 (4回)

ジフテリア:喉に菌がついて、息がしにくくなります。
百日せき:強い咳こみが続きます。
破傷風:傷口から感染し、けいれんなどを引き起こします。
ポリオ:人から人へ感染します。小児麻痺とも呼ばれます。

5か月~ BCG(結核) (1回)

結核菌が肺や脳を包む髄膜などに炎症を起こします。



1歳~ MR(麻疹・風疹) (2回)

麻疹(はしか):
空気感染による急性の全身発疹性感染症。肺炎や脳炎の合併症が多いです。
風疹(3日ばしか):
飛沫感染による急性の発疹性感染症。発熱・発疹・首のリンパ節の腫れを生じます。

1歳~ 水痘(水ぼうそう) (2回)

水ぶくれが全身にできます。脳炎や肺炎の合併症で毎年死亡者がでています。

1歳~ おたふく (2回)

接触感染により、耳の下にある耳下腺が腫れます。脳炎・重い難聴・無菌性髄膜炎などの合併症もみられ、死亡する場合があります。(有料)

3歳~ 日本脳炎 (4回)

感染した豚から蚊を介して感染し、高熱・けいれんなどの症状を伴う脳炎を引き起こします。

この期間中に
2回経口
投与します



三宅医院・三宅医院問屋町テラスでは、お母さんにワクチンの重要性を理解していただき、スケジュール帳を用いて一緒に予定を立てていきます。乳児期には接種すべきワクチンが非常に多く、接種する時期も複雑です。上手に予防接種を受けるためにもお気軽にご相談ください。
定期接種のワクチンは、対象期間を過ぎると有料になりますのでお気を付けください。



iii 三宅医院問屋町テラスで生後2か月からのワクチンデビュー

三宅医院問屋町テラスでは、お子さんの予防接種と生後1歳までの乳児健診を行っています。
病気のお子さんと一緒にお待ちいただくことがないので、小さなお子さんも安心してお越しいただけます。

診療受付時間

月・木・金 ※提携駐車場あり
8:45~11:45(診療時間 9:00~12:00) 予約制





はじめての婦人科受診



看護師
川上 佳美
【夏に聴きたい曲】
Summer Song/YUI

「気になる症状はあるけど、恥ずかしい」「どんな検査するんだろう」「こんな症状で受診してもいいのかな」など、婦人科を受診することに少し抵抗がある人も多いと思います。月経痛や骨盤痛、性交痛、過多月経による貧血など症状があっても我慢してしまいがちです。しかし、その症状の原因には子宮内膜症、子宮腺筋症、子宮筋腫、卵巣腫瘍など婦人科の病気が隠れている場合があります。放っておくと症状が悪化し日常生活に支障をきたしたり、不妊の原因になったりすることもあります。早いうちから適切な治療を受けることが大切です。気になる症状があるときは、まずは婦人科の受診をおすすめします。

当院では、経膈超音波が難しい方(性交渉の経験のない方など)はMRIによる検査も可能です。また、女性医師の診療日もありますので、ご希望の方はホームページで診療医をご確認ください。

<婦人科の診察内容>

- 問診
 - 内診、経膈超音波検査
(性交渉の経験のない方は原則実施しません)
 - MRI
 - 採血 等
- * 検査は医師の判断で行います。



例) 19歳 Aさん 未性交

生理不順、不正出血、生理の量が多い、生理痛があり受診
MRI・採血検査を行い、子宮内膜症、卵巣腫瘍、鉄欠乏性貧血と診断
内服治療(ジェノゲスト)を開始し、腹腔鏡下での手術を施行。

術後も内服治療を継続

手術: 腹腔鏡下卵巣腫瘍摘出術、腹腔鏡下癒着剥離術、
腹腔鏡下内臓病巣除去術

MRI画像



子宮内膜症性嚢胞
(両側卵巣)
右卵巣6cm
左卵巣4.3cm
(正常な卵巣2~3cm)



睡眠時無呼吸症候群(SAS)の検査が自宅で簡単にできます!

SASってどんな病気?

睡眠中に何度も呼吸が止まる状態(無呼吸)を繰り返す病気です。高血圧、虚血性心疾患(心筋梗塞や狭心症等)、不整脈、脳血管障害、糖尿病などの合併症を引き起こし、命に関わる場合もあります。また、代表的な症状である日中の強い眠気は、交通事故や仕事上のミスなど生活に様々な障害を引き起こします。



どんな症状があるの?



治療方法ってどんなもの?

1 CPAP療法(持続陽圧呼吸療法)

→治療の第一に選択される呼吸療法です。
CPAP装置から寝ている間の無呼吸を防ぐために気道に空気を送り続け、気道を開存させておくもの。

2 その他の治療法

- ★生活習慣の改善
- ★口腔内装置(マウスピース)
- ★外科的手術

検査ってどんなもの?

自宅でできる検査ってどんなもの?



治療した後の効果は?

- いびきがなくなった、改善した
- 夜間のトイレの回数が減った
- かつて無い解放感が得られた
- 頭すっきり
- 会議中に寝ることがなくなった



岡山市検診、今年も始まっています！！



今年も6月より岡山市検診が始まっています。

岡山市に住民票があり、該当年齢にあたる方が岡山市検診を受けることができます。

当院は岡山市でも数少ない全検診受診可能な医療機関です。同じ日にすべての検診を受けていただくこともできます。(完全予約の検診もございますので、下記の表をご覧ください。)

10月以降になると市検診を受けられる方が多くなります。ご予約をお取りいただいている方でもお待ちいただく時間が長くなる可能性がありますので、早めのご受診をおすすめいたします。

岡山市以外でも対応している市町村もございます。お気軽にお問い合わせください。



医療事務
安東 凜

【夏に聴きたい曲】
Holiday/SEVENTEEN

受診期間 2023年6月1日(木)

～2023年12月29日(金)午前中まで

持参物

健康保険証、対象の方のみ無料券・クーポン券
特定健診受診の方は受診券

検診名	内 容	自己負担金(税込)		対 象 者 ※令和6年4月1日時点での年齢
		70歳未満	70歳以上	
胃がん ※完全予約	バリウムを飲んだのレントゲン検査	¥3,370	¥1,130	・50歳以上の偶数年齢の方 ※前年度未受診の方は奇数年齢でも受診可
	胃内視鏡検査	¥4,810	¥1,540	
★乳がん	視触診+マンモグラフィ	¥500		・40歳以上の偶数年齢の方 ※前年度未受診の方は奇数年齢でも受診可
子宮頸がん	頸部細胞診	¥2,220	¥720	・20歳以上 ・30歳～65歳 毎年受診可 (20歳代及び66歳以上は偶数年齢のみ) ※前年度未受診の方は奇数年齢でも受診可
肺がん	胸部レントゲン検査	¥500	¥310	・40歳以上の方
大腸がん	便潜血検査(専用の容器をお渡しします)	¥1,170	¥410	・40歳以上の方
肝炎ウイルス	C型+B型	特定+¥1,400	¥410	・40歳以上で今まで市検診で 肝炎ウイルス検査を受けたことがない方
		別途¥2,550	¥820	
	C型のみ	特定+¥1,120	¥310	
		別途¥2,240	¥710	
B型のみ	特定+¥920	¥310		
	別途¥2,140	¥710		
特定健診	身長測定・採血・尿検査・腹囲など			保険者により(被扶養者・任意継続)

★乳がん検診(市検診)は月曜日から土曜日の午前、水曜日・土曜日(第2・4)の午後

★乳がん検診の市検診対象年齢ではない方へ

しっかりプラン

9,350円(税込)

マンモグラフィ検査 + 乳房超音波検査

※午前・午後受診可能

※視触診なし

待ち時間が少ないので、午後のご受診をおすすめいたします。

基本プラン

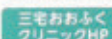
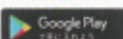
5,500円(税込)

視触診 + マンモグラフィ検査

もしくは乳房超音波検査

※午前のみ(水・土 第2・4は午後也可)

web予約システム
@link からのご予約ができます



しっかりプラン、基本プラン(乳房超音波検査)をご希望の方は乳房超音波検査の予約が必要になるため、お電話にてご予約をお願いいたします。

より詳しい検査を
ご希望される方にオススメ

市検診を利用した“市検診プラスドック”

レディーススペシャルドック 45,980円(税込)

ベーシックドック 37,400円(税込)

を通常より1~3万円程度お得にご受診いただけます



ネット予約が
おすすめ!!

point ココが充実します!

- 1 腹部超音波検査、眼底・眼圧検査など、充実した検査
- 2 血液・尿の検査項目が充実
- 3 保健師・管理栄養士による健康サポート(保健指導)
※食生活や運動習慣等、健康に関してご相談いただけます
- 4 管理栄養士監修のもと、和食職人が調理した和御膳
- 5 全身マッサージ・フットケア・フェイシャルケアからお選びいただける癒しのリラクゼーション

当院自慢の彩り豊かな和御膳!
栄養バランスもバッチリです!



マッサージで癒しのひとときを
ぜひ楽しんでください。

レディーススペシャルドック
通常価格 45,980円(税込)
例)岡山市50歳女性

ドック料金
15,960円

特定健診
受診券の料金

ベーシックドック
通常価格 37,400円(税込)
例)岡山市50歳男性

ドック料金
19,040円

特定健診
受診券の料金

レディーススペシャルドック
通常価格 45,980円(税込)
例)岡山市40歳女性

ドック料金
22,590円

特定健診
受診券の料金

対象者

特定健診受診券(国民健康保険・社会保険被扶養者)をお持ちで

市検診(岡山市・早島町)対象の40歳以上の方

※年齢、お住まいの市町村、健康保険証等の条件により価格が異なります。



小・中・高校生の女の子を対象としたジュニア脱毛始めました



「体育」や「プール」で肌を出したくない

お友達より「毛が濃い」のが気になる

子どもに脱毛はまだ早い？

思春期を迎えると、体毛について悩みを持つお子さんが増えてきます。小学校高学年から中学生頃に毛の組織構造が少しずつ完成していくため、成長過程の子どもの毛の生え方は安定していません。十分な脱毛効果を得ることが難しかったり、脱毛の完了までに時間がかかってしまったりすることがあります。しかし、今現在の「毛の濃さ」や「ムダ毛の悩みやコンプレックス」の解消には大いに期待できます。ご本人の希望があれば、前向きにご検討ください。

医療事務
岡本美樹
[夏に聴きたい曲]
ultra soul/B'z

安全性の高い 痛みの少ない医療脱毛を

医療レーザー脱毛は、医療機関のみで扱うことのできるレーザー脱毛機を使い、医師や看護師がクリニックで施術を行います。

三宅医院問屋町テラスの

ジュニア医療脱毛の特徴

1 痛みが少ない

痛みが少なく肌へのダメージが少ない蓄熱式ダイオードレーザーを用います(厚生省薬事承認医療脱毛器:メディオスターモノリス)



2 三宅医院形成外科と連携

万が一の皮膚トラブル時にも三宅医院の形成外科専門医が適切に対応いたします



3 三宅医院生まれのお子さん対象の特別価格

三宅医院生まれの小・中・高校生の女子(10歳~18歳)は、一般価格の5割での施術が可能です。
※親子手帳をご持参ください

4 都度払い制

脱毛効果を見て親子で回数を設定できるよう「都度払い制」を採用しています



診療日時 土曜日14:00~17:00 (完全予約制) ※お電話でご予約ください。

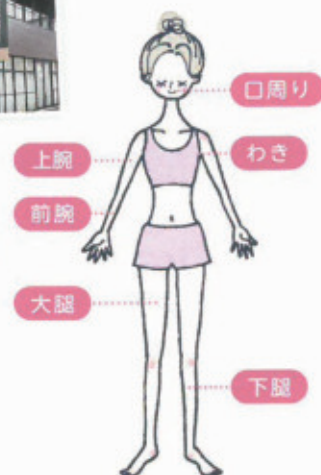
対象 小・中・高校生の女子(10歳~18歳)
必ず保護者の同意が必要です。初回は、保護者の方と一緒に来院してください。

料金(税込) 施術部位1回あたりの料金(税込) ※クレジット支払い可

	わき	前腕 (ひじ~手首)	上腕	下腿 (膝~足首)	大腿	口周り
三宅医院生まれ (小・中・高校生の女子)	5割引 5,500円	11,000円	11,000円	22,000円	22,000円	3,850円
小学生	3割引 7,700円	15,400円	15,400円	30,800円	30,800円	5,390円
中・高校生	2割引 8,800円	17,600円	17,600円	35,200円	35,200円	6,160円

初回診察カウンセリング 2,200円 ※三宅医院生まれの方は親子手帳をご持参ください

5~7回の施術が一般的ですが、満足していただける施術回数には個人差があります。脱毛効果を見てご自身で回数を設定できるよう1回ずつの「都度払い制」を採用しています。クレジットカードでの支払いも可能です(カードの種類:VISA/Mastercard)。

iii 三宅医院 問屋町テラス
(Tel) 086-259-4103

詳しくは三宅医院問屋町テラスのHPをご確認ください





むし歯予防のための習慣とおやつ選び方



むし歯予防といえば、「甘いものを食べない」「食べたら歯磨きをする」という予防法を思い浮かべる人が多いと思いますが、実はそれだけではむし歯は予防できません。

むし歯予防には【歯が脱灰する(溶ける)機会を減らす方法】と【歯の再石灰化(溶けた歯を元の状態に戻す)を強化する方法】があります。むし歯は生活習慣病です。以下に示した6つの習慣は、科学的根拠に基づいたむし歯予防法です。6つの習慣を実践し、むし歯ゼロを目指しましょう！

また、2023年3月、歯科医療従事者のスタディグループが「おやつガイド」を作成しました。おやつ選び方や食べる姿勢、むし歯になりやすいおやつについて大変分かりやすくまとめられていますので、ぜひ参考にしてみてくださいね♪



歯科医師
菅原 貴子
【夏に聴きたい曲】
夏の思い出/ケツメイシ

むし歯予防の6つの習慣



①1日2回の丁寧な歯磨き

歯ブラシでは磨ききれない歯と歯の間にはフロスや歯間ブラシを併用し、プラークをしっかりと除去しましょう。

②フッ化物配合歯磨剤を使用(うがいは少量の水で1回のみ)した後、2時間は飲食をしない

唾液中にフッ素を残すことで歯の再石灰化が起こりやすくなり、脱灰が抑制されます。

③間食の回数を1日1回(多くても2回)までにする

間食の量より回数が重要です。

④ごはん、おやつをダラダラ食べない

ダラダラ食べにより脱灰時間が長くなります。

⑤pHの低い飲み物をちょこちょこ飲まない

pHの低い(=酸性度が高い)飲み物(pH2~5.5)には、ジュース、スポーツドリンク・炭酸飲料・乳酸菌飲料、ワインなどがあります。これらの飲み物は、むし歯菌が出す酸(pH3.9)よりも歯を溶かします。数回にわけて少しずつ飲むと、その度に脱灰が生じ、歯が再石灰化する時間がなくなってしまいます。

⑥定期的に歯科受診をする

定期的(3~6か月毎)に歯科医院を受診し、プロフェッショナルケアを受けましょう。きちんと磨けているか、初期むし歯が進行していないかなどご自分のお口の中の現状を知り、むし歯予防や歯周病予防に関する知識を得ましょう。



おやつ選び方



こちらから
ダウンロード
してみてください！



年齢に応じてフッ化物配合歯磨剤を適切に使用しましょう！



医療事務
堤 百恵

【夏に聴きたい曲】
真夏の夜の夢/松任谷由実

当院ではフッ化物配合のCheck-up製品を受付で販売しています。分からないことはスタッフまでお声かけください！

むし歯予防のためには年齢・口腔内状況・生活習慣等に合わせた歯磨剤の選択や、口腔内のフッ素濃度を高く保持するための効果的な使い方が大切です。

特に乳幼児期のお子さんは使用方法を必ずお守りいただく必要がありますので、下記を参考にしてください。

【フッ化物配合歯磨剤の使用方法】 ●1日2回使用しましょう！

年齢	使用量	フッ化物濃度	使用方法
歯が生えてから2歳	米粒程度 (1~2mm程度)	900~1000 ppmF	歯磨き後にガーゼなどで軽く拭き取ってもよい 歯磨剤はお子さんの手の届かない所に保管する
3~5歳	グリーンピース程度 (5mm程度)	900~1000 ppmF	吐き出せる子:歯磨き後軽く吐き出す うがいをする場合は大さじ1杯程度の水で1回のみとする 吐き出せない子:①5mm使用して拭き取る ②2mm使用してそのまま飲み込む
6歳~成人 (高齢者を含む)	歯ブラシ全体 (1.5cm~2cm程度)	1400~1500 ppmF	歯磨き後は軽く吐き出す うがいをする場合は大さじ1杯程度の水で1回のみとする

- お子さんが誤って歯磨剤のチューブごと食べてしまうなど大量に飲み込まないように注意してください。
- 発疹などの異常が現れたときは使用を中止し、商品を持参して医師に相談してください。
- 歯科医師、歯科衛生士の指導のもとにお使いください。
- 食物や薬などによりアレルギー症状を起こしたことがあるお子さんや喘息のお子さんは特に注意してください。

フッ化物配合歯磨剤

フッ化物配合ジェル



0~5歳
950 ppmF



6歳以上
1450 ppmF



0~5歳
950 ppmF



6歳以上
1450 ppmF



会員制産後サロン

hug me

〒700-0976 岡山市北区辰巳1-107
【お問い合わせ】tel.086-250-1136
【ご予約】三宅医院@linkよりご予約ください
website: <https://miyake-miyakegroup.jp/hugme>

抱っこや授乳のお疲れにリンパマッサージはいかがですか？

子どもたちが元気に大きく育ってくれる姿は嬉しいものですが、抱っこや授乳で力がいり、目線を合わせると体勢が前屈みになり、猫背にもなりがちです。さらには長時間同じ姿勢を強いられるため、肩や腰に負担がかかります。寝不足にむくみやだるさも伴い、育児中のママは皆さん疲れがたまっていますよね。

たまには自分へのご褒美に、メンテナンスとリラックスタイムはいかがでしょう？

hug meのリラクゼーションコースでは、香りのよいハーブティーを飲みながら足岩盤浴で身体を温め、ひとりでのおんびりとお過ごしいただけます。

足岩盤浴で代謝を高めた身体を、丁寧に首から背中、手足まで全身のマッサージを行うことでコリをほぐして血流とリンパの流れを促進します。

お子さんは託児スペースでお預かりいたします。安心して施術を受けていただけますので、ぜひお気軽にお越しください。

当施設は三宅医院でご出産された産後1年以内の方ならどなたでもご利用いただけます。

ご予約は三宅医院アットリンクもしくはhug meのHPよりお取りください。

火・水・木	10:00~11:30	¥5,000(税込)
曜日	13:00~14:30	



アロマセラピスト
沼本美由紀

【夏に聴きたい曲】
きらり/藤井 風



9価のHPVワクチン(シルガード9)が公費で接種できるようになりました

2023年4月から9価のHPVワクチン(シルガード9)が公費で接種できるようになりました。三宅医院グループでは、各施設で接種を行っています。

9価ワクチン(シルガード9)について

HPVワクチンは、子宮頸がんの原因となるヒトパピローマウイルス(HPV)の感染を防ぐワクチンです。HPVにはいくつかの種類(型)があり、9価ワクチンはこのうち9種類のHPV感染を防ぐワクチンです。子宮頸がんの原因の80~90%を占める、7種類のHPVの感染を予防することができます。2023年3月までは2価ワクチン(サーバリックス)と4価ワクチン(ガーダシル)を公費で接種することができました。

これまでに2価ワクチン(サーバリックス)と4価ワクチン(ガーダシル)を1回または2回接種された方は原則として同じ種類のワクチンを接種することをおすすめします。ただし、医師と相談のうえ、途中から9価ワクチンへ変更し、残りの接種を公費で完了することも可能です。

ワクチン接種は予約制です。ご希望の方は三宅医院・三宅医院問屋町テラス・三宅おおふくクリニック各施設へお問い合わせください。

接種の際には予防接種歴のわかるもの(親子手帳または接種手帳)を必ずご持参ください。

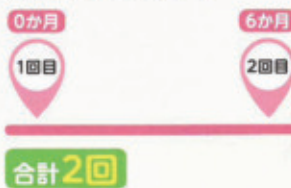
キャッチアップ接種対象の方もシルガード9を接種できます

平成9年度生まれ~平成18年度生まれ(誕生日が1997年4月2日~2007年4月1日)の女性の中に、小学校6年生から高校1年の頃に、接種の機会を逃した方がいらっしゃいます。まだ接種を受けていない方に、あらためて、HPVワクチンの接種の機会がご提供されています。

※公費で接種できるのは令和7(2025)年3月末までです。希望される方は、お早めに3回の接種を完了してください。

接種スケジュール(シルガード9のみ接種の場合)

①1回目が15歳未満



②1回目が15歳以上



詳しい情報は、こちらをご確認ください。



編集後記

梅雨明けが待ち遠しく、すでに海水浴や花火大会の予定を立てている今日この頃です。ここ数年、新型コロナウイルス感染症のためになかなか暑かったのですが、今年こそは子どもたちと一緒に夏を満喫したいと思っています。さて、4月に新入職員が入職し、はや3か月が経過しようとしています。2年前のハピネス通信で、新人紹介の一言で私は、「1人でも多くの方に笑顔をお届けします!」と書いたことを思い出しました。まだマスクが外せない生活が続きますが、三宅医院に関わる全ての方にマスク越しでも分かるような笑顔をお届けしていきたいです。(三宅医院 助産師 佐竹日奈)



MIYAKECLINICGROUP

女性と家族のトータルライフをサポートし続ける

Happiness 通信

2023
Summer
2023年7月発行

- 三宅医院 三宅医院 問屋町テラス 三宅おおふくクリニック 三宅ハロー歯科 hug me
- 編集長 奥田 由美
- 編集委員 奥田 吉実・岡本 倫紀・奥崎 優花・小沢 理江・小森 野絵・佐竹 日奈・南里 歩実・坊野 沙織・本多 結夢・元本 啓生(三宅医院) 江崎 都津季・大呂 遥香・小川 晶子・川上 佳美・宮野 桃子・芳川 恭子(三宅おおふくクリニック) 小林 知恵・山西 愛(三宅ハロー歯科) 伊野田 芳美・川崎 未未・平川 奈美・横田 淳(株式会社)