

Happiness通信

Miyake Clinic
Okayama Ohfuku Clinic
Hello Dental Clinic
Esperanza Co,Ltd

2016年
夏号

開院36周年を迎えて

1980年7月に産婦人科・小児科診療所の開設からスタートした三宅グループも今年で36年を迎えます。これまでの間、ハロー歯科、生殖医療センター、岡山大福クリニックの開設やカフェろはす俱楽部のオープンなど、常に新しいものを取り入れて、少しずつ成長を続けることができました。これもひとえに地域の皆様のおかげと感謝しております。

当グループの目標は、我々を信頼して受診される皆様に安心していただける高い医療水準を持ちながら、訪れる皆様に心地よく過ごしていただける快適さの両立です。「安心かつ快適」を実現するため全スタッフが力を合わせ頑張っております。



医療機関である限り、どんなにサービスが良くても医療の質が保証されていないといけません。医療の分野は日々進歩です。世界中の研究者たちが、それぞれの疾患や症状に対して最も良いと考えられる検査法、治療法を日夜調べています。その結果によってはこれまで正しいと信じられていましたが、検査や治療方針が全く変わってしまうこともあります。最善の医療を提供するためには、常に新しい知識を得て日々向上していくことが重要です。我々は各スタッフの医療水準を高めるため、種々の学会・研修会出席、各専門分野での資格や認定の取得、院内研修等を通じて職員の知識や技術の向上に努めています。

また、医療以外のサービス(食事やアメニティ)も種々の研修を通じて、より皆様にとって快適な空間となるようレベルアップを図っております。また、組織としてサービスの質を維持・向上するために、三宅医院では国際標準化機構(ISO)によるISO 9001認証を取得しています。これにより提供する医療・他のサービスを客観的に評価・改善することができ、安全性・満足度の向上につなげております。

少子高齢化が話題となり久しいですが、岡山県は温暖な気候や交通の利便性から、他県からの移住先として人気が高いようです。我々は医療サービスを通じ、女性が輝ける明るい社会、そしてより活気のある地域造りに貢献できればと思っております。皆様に安心して受診していただける医療、そして感動・満足をお届けできる快適な空間の両立を目指して、グループ一丸となり成長する一年をしたいと思いますので、よろしくお願ひいたします。



Miyake Group



(2016年6月ドローンにて撮影)

2016年7月1日発行 ウィメンズヘルスケアおかやま発行（代表 三嶋 浩子）

■701-0204 岡山市南区大福391-10 【Phone】086-282-5167 【Facsimile】086-281-3033

《編集長》奥田 由美(㈱エスペランサ)

《編集委員》熱田 麻里奈 石井 伴明 大森 幸子 菊井 友香 小見山 純一 佐藤 由実子 坊野 沙織(三宅医院)

岡 裕子(ハロー歯科) 葛城 汐花 田中 由紀子(岡山大福クリニック) 平川 奈美 西尾 奈々(㈱エスペランサ)



〒701-0204 岡山市南区大福369-8

(TEL) 086-282-5100(代) (FAX) 086-281-3033
(E-mail) info@miyakeclinic.com (URL) http://www.miyakeclinic.com

* * 女性医師として *



産婦人科は他のどの科とも明らかに違うことがあります。なんだかわかりますか?

答えは受診する人がすべて女性であるということです。女性しか受診しない科は他にはありません。

私はその産婦人科に女性医師として勤務させていただいています。

女性は男性とは違う1日、1ヶ月、1年単位で体調が変わりやすいものです。また2014年のデータでは平均寿命が86.83歳と男性の80.50歳より6年も長くこの長い人生の中には月経や妊娠出産、更年期、腫瘍など様々なイベントがあります。それをよりよく過ごすために産婦人科はあります。



しかし『産婦人科って恥ずかしいからなかなか受診できなかったんです。』と言われることがよくあります。実際女性の子宮がん検診受診率は20%程度と低い値です。また『しんどいけど我慢できないほどでもないし、でもずっと気にはなっていていつ受診していいかわからない。』という声も聞こえます。86年という長い人生をよりよく過ごしてもらうために産婦人科はあるのに、どうしたらいいのか。そのときに女性医師として『女の先生がいるなら一度受診してみよう』とみなさんが産婦人科のドアを叩ききっかけになればと思っています。

そして同じ女性として、みんなの症状に寄り添って話が聞ける医師でありたいと思います。少しでも気になる症状があれば是非一度ご相談に来てください。お待ちしています。



産婦人科医師
柴田 真紀

●夏の思い出●
沖縄

* * 妊娠糖尿病(GDM)について *



今回は最近増えつつある妊娠糖尿病(GDM)について皆様にお知らせします。

元々、糖尿病にかかっている方が妊娠した場合は糖尿病合併妊娠と言います。

妊娠糖尿病とは、妊娠の影響によって軽度の糖代謝異常をきたしている状態をいいます。

妊娠によって起こっている状態のため、出産後には落ち着くケースがほとんどです。

妊娠糖尿病の方は妊娠中の血糖コントロールが必要となってきます。妊婦健診時に血糖チエック(採血)をしながら食事療法やインスリン療法(注射)で血糖のコントロールをしていきます。



助産師
熱田 麻里奈

●夏の思い出●
ライブ

【妊娠糖尿病になりやすい方】

肥満、過度の体重増加、巨大児出産の既往、35歳以上の方

【赤ちゃんへの影響】

生まれる前: 先天奇形、胎児発育不全、巨大児、羊水過多、流産・早産
生まれた後: 低血糖、高ビリルビン血症

【妊娠糖尿病にならないための食事のポイント】

①バランスのよい食事

お母さんと赤ちゃんが健康に妊娠を維持していくのに必要なエネルギーを摂りましょう。主食、主菜、副菜がそろったバランスのよい食事をとるように心がけましょう。

②間食の目安

間食=お菓子になつていませんか? 間食では3食で補えなかつた栄養素(Ca, Feなど)を補給するように心がけましょう。お菓子に含まれるショ糖は急激に血糖値を上昇させるため注意が必要です。
間食の目安は、1日160kcal以下です。

③積極的に摂りたい栄養素

《ビタミンB1》

ビタミンB1は砂糖やでんぷん等の糖質を分解し、エネルギーに変えます。
⇒玄米・豚ヒレ肉・そば・小豆・枝豆・のり・ごまなど

《水溶性食物繊維》

食後の急激な血糖値の上昇を抑制します。また、満腹感が得られたり、便秘予防にもつながります。⇒根菜類・野菜(芋類以外)・きのこ類・海藻類

④血糖値を上げにくい食べ方

《食べる順番》

食べ方は血糖値の上昇に大きな影響を与えます。食事の一口目に糖質を多く含むご飯を食べると、吸収がよく血糖値は急上昇します。

食事の一口目は、食物繊維を多く含み血糖値を上げにくい野菜から食べましょう。

《食べる時間》

よく噛んでゆっくり食べることで脳の満腹中枢を刺激します。1口30回、食事時間は20分以上かけて食べるようにしましょう。



副菜⇒汁物⇒主菜⇒主食
(野菜) (肉・魚)



管理栄養士
草井 美樹

●夏の思い出●
ラフティング

2016年!夏の脱毛キャンペーン

今年もやります!脱毛キャンペーン♪ 今年は一括でお支払いいただくと
2017年3月末までに最高8回受けていただくことができます。
ただし、毛には成長サイクルがあるため、1ヶ月おきの照射となります。
この機会につるつるすべすべのお肌を手に入れましょう☆

キャンペーン期間:2016年7月1日~8月31日

ワキ 通常¥172,800
(1回¥21,600×8回) ⇒ ¥75,600

ひざ下 通常¥432,000
(1回¥54,000×8回) ⇒ ¥189,000

Vライン 通常¥172,800
(1回¥21,600×8回) ⇒ ¥75,600

ヒゲ(男性のみ) 通常¥345,600
(1回¥43,200×8回) ⇒ ¥151,200

要予約ですので、お問い合わせは形成外科直通ダイヤルへ
086-282-7518



※料金は一括払いとなります。譲渡不可、返金はできませんのでご了承ください。別途初診料2,000円がかかります。



形成外科診療部長
日本形成外科学会専門医
牟禮 理加

●夏の思い出●
テニス部の
地獄のランニング



妊婦歯科検診を受けましょう

親子手帳と共に配布される妊婦健診受診票の中に、「歯科検診」を無料で受けられる受診票が入っているのをご存知ですか?

妊婦さんのパートナーさんの受診票もついていますので、ぜひお二人そろって歯科検診を受けてください。

自治体によっては受診票がないところもありますが、当院で配布しているテキストにも、隣接しているハロー歯科にて無料で歯科検診を受けていただける券が入っていますので、ぜひご利用ください。

なぜ、妊婦さんに歯科検診がすすめられているのか……

詳細は本号ハロー歯科のページ(7ページ)をご覧ください♪



臨床検査技師
坊野 沙織

●夏の思い出●
テラポットまで
泳いだこと

ホームページリニューアル

ホームページが新しくなりました。
「三宅医院」で検索してね♪



胚培養士
小見山 純一



●夏の思い出●
出崎海岸の海水浴場

ハピネスフェスティバル開催のお知らせ

2016年9月11日(日)

9:00~12:00

三宅医院 駐車場にて



ステージ、乗馬体験、お楽しみ抽選会、はたらくま、ちびっこ職業体験、食べ物やゲームの屋台などさまざまな企画をご用意しています。詳細は後日ポスター やHPでお知らせいたします。お楽しみに☆



臨床検査技師
山西 智未

●夏の思い出●
花火大会

新人紹介

助産師
原田 恵里香

●夏の思い出●
キャンプ



4月から三宅医院で病棟助産師として勤務させていただいている。不安もありますが、1日も早く患者様に信頼していただけるよう、素敵な助産師になれるよう、頑張ります。よろしくお願ひします。

助産師
同前 早紀

●夏の思い出●
大学の友達と行った
沖縄旅行



4月より入職し、助産師として働かせていただいている。以前は看護師として働いていたので、産科は初めてですが、一人前の助産師になれるよう努力していきますのでよろしくお願いします。

医事課
天満 夏見

●夏の思い出●
家族でディズニーランドに行ったこと



専門学校を卒業し三宅医院の医事課で勤務させていただいている。初めてのことばかりで戸惑うことが多いですが、明るく元気に頑張っていきたいと思いますのでよろしくお願いいたします。



〒701-0204 岡山市南区大福393-1 (TEL) 086-281-2020(代) (FAX) 086-281-7575
(E-mail) info@ooc-whc.net (URL) http://www.ooc-whc.net



眼科における乳幼児健診の取り組み

今回は私たち眼科が乳幼児健診で取り組んでいることについてお話をさせていただきます。乳幼児健診での眼科検診への関心が高まるにつれ、眼科疾患の早期発見・早期治療が望まれつつあります。そのため、検診にて屈折検査等を施行し、弱視等眼科疾患の早期発見に尽力している、医師、スタッフ、自治体が増えています。三宅医院乳幼児健診においても、眼科が参加させていただいて今年で15年目となりました。

乳幼児健診では、視能訓練士が以下の検査を行っております。

- ① 眼科的な問診
- ② 屈折検査(近視・遠視・乱視のチェック)
- ③ 眼位検査(斜視のチェック)
- ④ 3歳以上は視力検査 + 立体視検査



眼科医師
蔭山 光代

●夏の思い出●
海

上記で異常が疑われる場合は、眼科での精査をおすすめしております。眼科検診の目的は、斜視・弱視をみつけることです。特に、斜視のない弱視は検査しなければまずご家庭ではわかりません。

2014年のデータでは、乳幼児健診(他院、他施設含む)にて屈折検査で要精査と判定がでたため、当科受診された患者様小児124例(男児52例・女児72例、0~9歳:平均3.28±1.83歳)のうち、明らかに弱視があり1年以内に弱視治療を開始した患者様は22名でした。(弱視がなかった患者様は57名、年齢的に視力が測定できないため、屈折検査のみでは弱視と判断しかねる患者様は45名でした。うち、前眼部・眼底疾患が発見された患者様は3名でした。)この数字は決して少なくないと思います。

お子様に弱視が発見されてショックを受けられるお母様も少なくはありません。

「弱視は治りやすいものと治りにくいものがありますが、どちらも早期発見して適切な視能訓練を行うことが大切です。だから早期発見をするのです。」と私はお伝えしています。

眼科受診をしないお子様はたくさんいますが、乳幼児健診をしないお子様はほぼいないと思われます。

小児の斜視・弱視のさらなる早期発見・早期治療に結びつけられればという思いから、今後も三宅医院乳幼児健診に私達眼科も参加させていただこうと思います。



熱中症対策をしましょう!

熱中症対策の基本は脱水症対策です!!

熱中症は、暑い環境下で体の脱水状態が進んだかたちで起こります。しかし、症状が出るまで気づきにくいのが脱水の怖さです。

深刻な脱水状態の一歩手前を『かくれ脱水』といい、早くからかくれ脱水を防ぎ早期に対応することが、脱水症や熱中症の予防につながります。



万一、めまい、立ちくらみ、足がつるなどのかくれ脱水のサインが出たら、すぐに経口補水液を飲めるよう家庭に常備しておきましょう。

脱水症というのは、失うのは水分だけではなく、塩分などの電解質なので、初期の対応には水と塩分を体内に効率よく吸収させる働きを持つ適度のブドウ糖や、バランスよく配合された「OS-1」などがとても効果的です。また、熱中症の状況を作る条件がそろった環境の改善や、脱水症に対する防衛として体力を養うことも必要です。

これからの季節、熱中症のピークとなりますので、かくれ脱水を早期に見つけ、脱水症をおこさないことが大切です。



看護師
富田 明子

●夏の思い出●
花火





健康診査・特定健診が始まっています

6月より岡山市健康診査が始まっています。もう受けられましたでしょうか?
期間は12月末までですが、年末になると毎年大変混み合いますので、お早めに
ご来院していただくことをおすすめします。

また、今年から肺がん検診と乳がん検診が**500円**で受けられるようになりました。
この機会に健康診査を受けて自分の身体をチェックし、生活習慣を見直してみましょう。



医事課 三村 愛深

受診期間 平成28年6月1日(水)～平成28年12月29日(木)午前中まで

受診対象者 岡山市に住民票のある方(※対象年齢があります)

持参するもの 健康手帳、健康診査カード、保険証、無料クーポン券(対象者のみ)

●夏の思い出●
BBQとクロール



検査名	内容	負担金(岡山市) ※税込み価格 (70歳以上)	対象者
胃がん検診 <small>午前検査:前日の21時以降絶食 午後検査:当日の7時以降絶食</small>	バリウムを飲んでのレントゲン撮影 ※要予約※	¥3,290 (¥1,100)	50歳以上 ●基本的に偶数年齢のみ (前年度未受診の方は奇数年齢でもよい)
	胃内視鏡検査 ※要予約※	¥4,700 (¥1,500)	
大腸がん検診	2日分の便検査 (事前に専用の容器をお渡しいたします)	¥1,130 (¥400)	
肺がん検診	胸部レントゲン撮影 胸部レントゲン撮影+喀痰提出 (医師が必要と判断した場合)	一律 (¥300) ワンコイン検診 (¥500)	40歳以上
子宮がん検診	頸部 頸部十体部 (医師が必要と判断した場合)	¥2,160 (¥700) ¥3,290 (¥1,100)	20歳以上 ●20歳代及び66歳以上の方は 基本的に偶数年齢のみ (前年度未受診の方は奇数年齢でもよい)
乳がん検診	視触診 視触診+マンモグラフィ	一律 ワンコイン検診	30歳以上 ●視触診:30歳以上 ●マンモグラフィ:40歳以上 (基本的に偶数年齢のみ。 前年度未受診の方は奇数年齢でもよい)
前立腺がん検診	採血検査	一律 ¥920	50歳以上の男性
肝炎ウイルス検診	C型+B型 C型のみ B型のみ	特定と実施 ¥1,400 (¥400) 別途実施 ¥2,500 (¥800) 特定と実施 ¥1,100 (¥300) 別途実施 ¥2,200 (¥700) 特定と実施 ¥ 900 (¥300) 別途実施 ¥2,100 (¥700)	・今年度中に40歳になる方 ・肝機能障害を指摘されている方 ・41歳以上の方で未受診の方
特定健診	身体測定・採血・尿検査・腹囲など	保険者により異なるため、ご不明な点がございましたら お問い合わせください。TEL 086-281-2020 (岡山大福クリニック)	
歯周疾患検診	ハロー歯科にお問い合わせください。 TEL 086-282-0086 (ハロー歯科)		

健康手帳の発行方法

保健所・区役所・ふれあいセンターでの申請
● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ● ●

窓口で申請書に記入(印鑑不要)していただくと、健康手帳・健康診査カードを**その場でもらうことができます**。
該当する保健所・区役所・ふれあいセンターの一覧は、岡山市のホームページにてご確認ください。

電話申請・電子申請
● ● ● ● ● ● ● ●

健康手帳・健康診査カードがお手元に届くまで**約1週間**お時間がかかりますので、早めの申請をおすすめします。
手順については岡山市のホームページにてご確認ください。



健康手帳 健康審査カード





母と子のハロー歯科

〒701-0204 岡山市南区大福369-8
 (TEL) 086-282-0086(代) (FAX) 086-282-6499
 (E-mail) info@hello-dc.net (URL) http://www.hello-dc.net/



むし歯の治療について



歯科医師 柴田 真吾

●夏の思い出
因島の花火大会

歯科で行われている治療で挙げられる主なものとして

- 歯周病の治療
- むし歯の治療
- 根(歯の神経)の治療

といったものがありますが、一言で歯周病やむし歯の治療といっても実際にどんなことをするのか、何度も治療にかかるのか、白くできるのか、保険はきく処置なのか、など、詳しいことについては皆さんよく分らないという事も多いかと思います。

今回は様々な治療の中でも、虫歯の治療の一つで比較的小さなむし歯に対して一般的に行われている歯に直接白い詰め物をする『コンポジットレジン処置』についてご紹介したいと思います。

コンポジットレジン処置とは?

歯の色に近い樹脂製の素材で、最初は柔らかいですが一定の波長の光をあてるこによって短時間に固まるという特徴を持ちます。



【図1】

歯と接着する処理を行うため、歯に直接詰めていくことができるのです。【図1】

また、コンポジットレジンは唾液や酸で溶けにくく、アレルギーを起こしにくい材料ですので、金属を使用した際に起こりうるアレルギー反応のリスクを回避することができますし、金属をコンポジットレジンに置き換えることでアレルギーを予防することもできます。

メリット

- ・歯に直接詰め物をしていくため削る量を最小限にすることができる
- ・その場で詰めていくため基本的に歯に似せた色の詰め物を一回の処置で済ませることができる【図2】
- ・保険適応外の材料もありますが、基本的に保険内での処置が可能
(3割負担で1本あたりおおよそ1,000円程度)



【図2】

もちろんデメリットだけではありません…

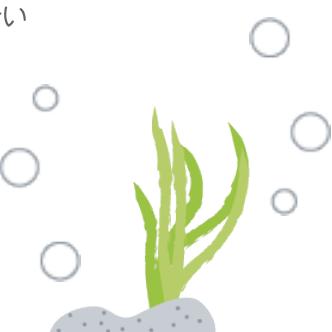
デメリット

- ・樹脂であるがゆえに経年変化で変色を起こす
- ・強度が必要とされる部分では使用できないことがある
- ・むし歯自体が大きく、直接適切な形の詰め物が難しい時や歯自体の色が詰め物の色で対応できる範囲を超えていたり、歯ぎしり等の癖があり歯のすり減りが大きい時などはコンポジットレジンでの十分な対応が難しいこともある

ですが近年は研究開発が進み以前よりも強度や審美性が改善され、コンポジットレジンの適応可能な範囲も拡大しております。奥歯であっても小さな銀歯であればコンポジットレジンでの再治療を行い審美性の改善が可能なケースも増えてきております。【図3】



【図3】



気になる点、ご不明な点がありましたらぜひご相談ください。

もうすぐお母様になられる方へ



日本歯周病学会認定歯科衛生士
石田 房子

妊娠するとむし歯になりやすい?

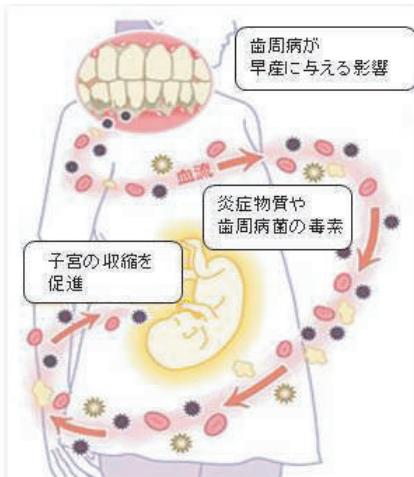
「赤ちゃんにお母さんの歯のカルシウムがとられて、歯が悪くなる」というのは迷信ですが、妊娠によって次のような様々な変化にともない、むし歯のリスクが高くなります。

●夏の思い出●
虫され

- ・唾液の性状が変化してお口の中が粘つくようになる
- ・お口の中が酸性に傾く
- ・食事や間食の回数が増加し、不規則になる
- ・つわりや体調の変化で歯磨きが十分にはできなくなる

むし歯菌はお母様をはじめご家族の方から感染することがわかっています(母子伝播)。生まれてくるお子様のむし歯を予防するためにも、妊娠中にクリーニングや治療を済ませておくことが理想的です(マイナス1歳からのむし歯予防)。

そして、出産後も定期健診を続け、お口の中を清潔で健康な状態に保つことがとても重要です。



(図1)

歯周病が**重度**になると、早産・低体重児出産のリスクが高くなるといわれています。これは、歯周病にかかった歯周組織が作り出す“炎症物質”が血液中に入り込み、子宮の収縮に関係していると考えられています。また、つわりなどで歯みがきが不十分になる上に、胎盤で作られる女性ホルモンが歯周病菌を増殖させるため、歯周病がさらに悪化しやすいといわれています(図1)。

さらに最近では、妊婦さんの歯周病が妊娠高血圧症候群・妊娠糖尿病などのリスクを高めるという報告がされています。

でも、ご安心ください!

ほとんどの方は歯磨きや歯石を除去し、お口の中を清潔にすることで、お口のトラブルを防ぐことができます。

妊娠中の歯磨きについて

- ・歯ブラシは小さいものを使用し、嘔吐をさける
- ・フロスなども使用し、丁寧に磨く
- ・つわりがひどい時には…
歯磨き剤を使用せず磨いてみる
ぶくぶくうがいをする
- ・食べづわりがある
キシリトールガム(タブレット)を食べる



小さな歯ブラシ
(ワンタフトブラシ)



フロス



キシリトールガム



キシリトールタブレット



…など口腔ケアグッズを工夫したり、その時の体調に合わせた口腔ケアを行いましょう。

気になることがあれば、どんなことでもお気軽にご相談ください。



株式会社 エスペランサ

〒701-0204 岡山市南区大福393-1
TEL 086-282-5167 (代)
FAX 086-282-5169

R 療しの空間 リフレ

ご予約・お問い合わせ TEL 086-281-8612
OPEN 9:00~17:00 日曜・祝日定休

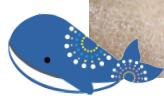
夏のダメージに負けないお肌のために

紫外線や冷房による乾燥など、夏はお肌の敵がいっぱい。ダメージを受けたお肌を放っておくと、シミ・しわ・たるみといった老化現象の発生が早まってしまいます。そんな時にはフェイシャルエステやイオン導入がおすすめ！潤いと代謝をUPさせて、ダメージの蓄積を防ぎます。お肌の状況に合わせたメニューを上手に使って夏を乗り切りましょう。心身ともにリラックスできますよ。



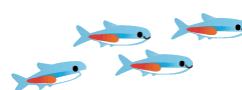
イオン導入
3,780円 (30分)
たっぷり保湿をしたい方におすすめ

ダブルクレンジング
(ハンド&ブラシ) 毛穴の汚れ・
皮脂を吸引 イオン導入



ベーシックコース
3,780円 (45分)
初めての方におすすめ

ダブルクレンジング
(ハンド&ブラシ) 毛穴の汚れ・
皮脂を吸引 マッサージ お肌に合わせた
パック 潤いを与える
整肌



エステティシャン
本山 真理

アンチエイジングコース
6,480円 (60分)
お肌の衰えを感じ
きた方におすすめ

ダブルクレンジング
(ハンド&ブラシ) 毛穴の汚れ・
皮脂を吸引 リフトアップ
マッサージ イオン導入 小ジワふくら
つや肌パック 潤いを与える
整肌

●夏の思い出●
夏休みのラジオ体操



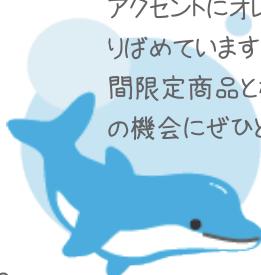
カフェ うはす俱楽部

TEL 086-201-5591
OPEN 10:00~17:00 日曜・祝日定休

ひんやり☆スムージー



・いちご
・マンゴー
・ブルーベリー
各 350 円



夏限定のデザートは、オレンジの
シフォンケーキ！一口食べたら
オレンジの香りがふわりと広がり、
アクセントにオレンジピールを散
りばめています。8月末までの期
間限定商品となりますので、こ
の機会にぜひどうぞ♪



350 円

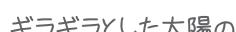


カフェうはす俱楽部スタッフ
長田 真由美

暑い夏には冷たいドリンクが飲みたくなりますよね。

夏にぴったりのカフェうはす俱楽部特製スムージーはいかがですか？お子様から大人の方まで楽しんでいただけるよう、3種類の味をご用意しました。スムージーの上には甘さ控えめのホイップクリームが乗っています。カロリーが気になる……という方はホイップクリーム抜きでもご注文いただけます。テイクアウトも可能ですので、お気軽にお申し付けください。

編集後記



ギラギラとした太陽の光がふりそぐ毎日ですが、皆様夏バテにはなっていませんか。私はここ数年、夏は趣味のライブばかりでお祭りに行けていません。今年はうらじやに参加しようと思い、お祭りを満喫しようと思います。皆様も素敵な夏をお過ごしください。

(助産師 熱田 麻里奈)

