

# クラブT.G.C.

医療法人社団 高橋産婦人科クリニック

0798(33)0150

<http://www.tgc.or.jp>



会長  
高橋秀介作品より

## 事務部からの INFORMATION

- 当院では、医療の透明化や患者様への情報提供を積極的に推進していく観点から、領収証の発行の際に、**個別の診療内容の算定項目の分かる明細書を無料で発行**することと致しました。明細書には、使用した薬剤の名称や行われた検査の名称が記載されるものですので、その点、ご理解いただき、**明細書の発行を希望されない方は、受付窓口にてその旨をお申し出下さい。**
- 4月から薬価改正及び**診療報酬改定**により、窓口での保険負担金額に変更が生じます。再診料、検査料など若干上がる事となります。自費料金の値上げは行いませんので、妊婦検診の金額は以前と同様です。(妊婦健康審査受診の手続きは、もうお済みでしょうか? 西宮市は、5,000円券が14枚交付されます。)
- 当院は、**産科医療補償制度加入医療機関**ですので、加入申し込み用紙にご記入を頂く事になります。簡単なリーフレットがありますので、ご存知ない方は、受付にお尋ね下さい。この制度の加入医療機関でご出産の場合は、出産育児一時金は42万円となります。
- **直接支払い制度**(当院の請求額から42万円を差し引きます)を利用される方は、入院中に健康保険証のコピーをとらせて頂きます。又、この制度を利用する旨の書類にご署名が必要となります。(訪室致します)
- 通院中や入院中、**住所や勤め先に変更**が生じた場合は、必ず受付にお申し出下さい。
- 帝王切開にて分娩と決められた患者様は、勤務先にその旨を話し、医療費の**限度額適用認定証**の交付を受けて下さい。作成に日数を要すると思いますが、交付された後は、受付にご提出をお願い致します。(ご入院期間中のみ、使用が可能です。)

## TGC CALENDAR 5月

◎ ご出産までの予定表にぜひご活用ください。

SUN 日	MON 月	TUE 火	WED 水	THU 木	FRI 金	SAT 土
助産師相談・母乳外来・4D超音波外来・ベビーオイルマッサージ・ マタニティスクール・ラマーズクラス等は受付または、ネットでご予約ください。 マタニティヨガ・産後ヨガ・ハッピーストレッチ(株)高橋主催 ネット予約不可 お母さん応援料理教室(株)JMC主催						
2	3	4	5	6 プラセンター外来 助産師・母乳相談 予約制	7 マタニティヨガ (13:30~15:45) プラセンター外来 助産師・母乳相談 予約制	8 ハッピーストレッチ ①10:00~10:50 ②11:00~11:50
9 ベビーオイルマッサージ (13:30~15:30) 助産師・母乳相談 予約制	10 マタニティヨガ (13:30~16:00) 助産師・母乳相談 予約制	11 マタニティヨガ (13:30~16:00) 助産師・母乳相談 予約制	12 プラセンター外来 助産師・母乳相談 予約制 着帯日	13 マタニティスクール プラセンター外来 助産師・母乳相談 予約制	14 マタニティヨガ (13:30~15:45) プラセンター外来 助産師・母乳相談 予約制	15 4D超音波外来 (14:20~17:00)
16 ベビーオイルマッサージ (13:30~15:30) 助産師・母乳相談 予約制	17 マタニティヨガ (13:30~16:00) 助産師・母乳相談 予約制	18 マタニティヨガ (13:30~16:00) 助産師・母乳相談 予約制	19 プラセンター外来 助産師・母乳相談 予約制	20 4D超音波外来 助産師相談 (14:20~17:00) 母乳 予約制 プラセンター 産後ヨガ 外来 (13:30~14:30) 文芸会 ラマーズクラス	21 お母さん応援料理教室 (13:00~15:30) マタニティヨガ(13:30~15:45) 育児離乳食指導 助産師・母乳相談 予約制 プラセンター外来	22 4D超音波外来 (14:20~17:00)
23	24 着帯日 ベビーオイルマッサージ (13:30~15:30) 助産師・母乳相談 予約制	25 マタニティヨガ (13:30~16:00) 助産師・母乳相談 予約制	26 プラセンター外来 助産師・母乳相談 予約制	27 プラセンター外来 助産師・母乳相談 予約制	28 お母さん応援料理教室 (13:00~15:30) マタニティヨガ(13:30~15:45) 育児離乳食指導 助産師・母乳相談 予約制 プラセンター外来	29 4D超音波外来 (14:20~17:00)
30	31					

# 入院生活 ここが良かった! 嬉しかった!

リフレクソロジーや頭のシャンプーは、しんどい時にとても癒されました。

てぶら入院は、とても助かりました。

お食事が、毎日一番の楽しみで、とても美味しくいただきました。

T.G.Cバースレビューより

手術の時、声をかけてくれたり手を握っていてくれたり…励みになりました。

授乳指導は、付きっきりで指導してもらえて嬉しかったです。

陣痛室で助産師さんが声をかけてくれたり腰を押してくれたら…痛みが和らぎました。

助産師さんや看護師さんに優しく丁寧に指導してもらえ、嬉しかったです。

院長先生、いつも笑顔でした。

皆さん、いつも暖かく親切に対応して下さい、相談しやすかったです。

清掃の皆様、病室や廊下、お手洗いなどいつもきれいにさせて頂いて気持ち良かったです。

毎日の授乳についての指導は、とても分かりやすかったです。

トイレ掃除の時、膝をついて手で掃除されている姿は、見習いたいと思いました。

弱音ばかりの私を、叱ることなく励まして下さり、それが励みになりました。

痛みに弱い私に、体調に合わせた投薬が大変助かりました。

高橋産婦人科は、「これからも頑張ろう!」って思える病院でした。

たくさんの嬉しい声を頂戴しました。これからも皆様が安心して快適な入院生活を過ごせますように、心に残るお産をして頂けますように、また来たいと思って頂けるクリニックを作って参ります。  
～スタッフ一同～

## お母さんと赤ちゃんからの はじめての贈り物 さい帯血採取にご協力を

### さい帯って何?

さい帯血は出産が終わった後、胎盤とさい帯に残っている血液を採取します。赤ちゃんにもお母さんにも全く負担がかからず、当然痛みもありません。

### さい帯血とは?

胎盤とへその緒(臍帯)の中に含まれる血液のことです。



### なぜさい帯血が必要なのですか?

さい帯血の中には、赤血球、白血球、血小板などを作りだす造血幹細胞がたくさん含まれています。このさい帯血を、白血病・再生不良性貧血などの血液難病や、先天性免疫不全症など骨髄移植により治療可能な病気の治療に用います。

### さい帯移植の特徴は?

さい帯血の中の造血幹細胞は、骨髄の中の造血幹細胞よりも増殖力が旺盛で、移植免疫反応が軽いという特徴があります。骨髄採取と比べてドナーへの負担がまったくないという利点もあり、新しい治療法として確立されました。

### さい帯血移植は成人の治療にも用いられますか?

当初は小児への移植が中心でしたが、最近では圧倒的に成人に対する移植治療が中心です。このため、多くの細胞を含むさい帯血の保存が求められるようになりました。

### さい帯血バンクは何をするところですか?

さい帯血バンクは、採取されたさい帯血を凍結保存し、移植の必要な患者さんに適合したさい帯血を移植病院に提供しています。今、全国に11のさい帯血バンクがあります。凍結保存されたさい帯血の情報(細胞数・HLA・血液型等)は、「日本さい帯血バンクネットワーク」に登録され、ホームページに公開されます。移植病院は、登録されたさい帯血から患者さんに適合する血液を選ぶことができます。バンクでは提供依頼のあった保存さい帯血を、品質確認を行った上で提供しています。

ご協力頂けます患者様は、受付にて必要書類をお渡し致しますので、お申し出下さい。



# ぼくたち仲良し



去来川 都雅くん 福田 航規くん

ぼくたちのママも仲良しなんだ。  
ぼくたち高橋産婦人科クリニックでうまれたんだヨ。  
航規くんとは誕生日も一緒だし  
今日は服も一緒だよ。  
ぼくネ 瑛都お兄ちゃんがいるんだけど、  
お兄ちゃん大きくなったら  
「ウルトラマン」か「野球選手」か「嵐」になるんだって。  
お兄ちゃんってすごいでしょ！  
ぼくは、まだわかんない…

都雅



## 陣痛とどうつき合ったらいいの？

お産が始まり終了するまでの時間は、「初めてだったけど数時間」という人から、「数日かかった」という人までさまざまです。

赤ちゃんを押し出すため、子宮がギュッと収縮するのが陣痛ですが、子宮には、異常に伸びたり裂けたりする場合だけ感じる感覚神経の末端はありますが、ほかの刺激に反応する神経末端はありません。基本的な痛みの源は子宮口が開大するために起こります。一方、周りの臓器や組織には多くの感覚神経があるため、子宮と赤ちゃんによる圧迫によって痛みを感じるのです。

その為、お母さんが動いて同じ場所の圧迫を避け、膀胱を空にし、骨盤周辺のマッサージを行う事で、痛みを和らげる事ができます。

お産が始まると子宮は収縮、弛緩、収縮を繰り返し、あたかも寄せては戻るときの波のようです。最初はさざ波くらいで楽々と戯れる事ができますが、徐々に大きくなり、台風並みの大波になっていきます。「もうだめ、溺れちゃう、誰か助けて」と思いはじめた頃、子宮のゲートが最後のひと開きをします。この時期にはエンドルフィンの分泌が増加し、痛みに耐えられるように手助けをしてくれます。

〈ベリネイタルケアより〉

赤ちゃんに会えるまでもう少し！さあ赤ちゃんと一緒にがんばりましょう。

## 経口避妊薬 (ピル)

経口避妊薬ってなあに？ 名前は聞いたことがあるけど、詳しいことはよく知らない。きっとそんな人がほとんどでしょう。「どんな効果があるの？」「のみ方はむずかしくないの？」ここでは、そんな不安や疑問にお答えします。

経口避妊薬(ピル)は正しく服用すれば、ほぼ100%の避妊効果が期待でき、女性が自らの手で完全にコントロールできる避妊法です。

### ピルの効果

ピルは、3つのはたらきにより、避妊効果をあらわします。

1. 排卵を抑制する
2. 子宮内膜を変化させる(受精卵が着床しにくい状態にする)
3. 子宮頸管粘液を変化させる(精子が子宮内に侵入しにくい状態にする)

ピルには卵胞ホルモンと黄体ホルモンの2つの女性ホルモンが含まれていますが、これが脳下垂体に作用して卵胞刺激ホルモンおよび黄体形成ホルモンの分泌を抑制します。これにより、卵胞の成熟が抑えられ、卵胞ホルモン、黄体ホルモンの分泌も抑制され、その結果として排卵が起こらなくなるのです。また、ピルには子宮内膜を受精卵が着床しにくい状態にしたり、子宮頸管粘液に変化を及ぼして精子の子宮への侵入を妨げるなどの避妊効果を高める働きもあります。

**ピルの服用方法** ピルには、21錠タイプと28錠タイプの2種類があります。

### 21錠タイプ

21錠が1シートになっています。1日1錠を定められた順に従って21日間服用し、その後7日間は服用を休止します。休業期間中(21錠目の服用が終了してから2~4日後)に月経のような出血が起こります。このように28日を1周期として、出血が終わっていても、7日間の休業が終わった次の日から新しいシートの服用を開始します。



### 28錠タイプ

28錠が1シートになっています。この28錠タイプは最後の7錠がホルモンの全く入っていない錠剤(プラセボ錠)で、毎日のむことを習慣づけるために1周期分28錠となっています。1日1錠を定められた順に従って28日間服用し、1シートが終わるとその翌日から新しいシートを続けて服用します。出血は、プラセボ錠を服用している間に起こります。



すずめ

金子みすゞワールド

「優しい」と「心」をあなたに

ときどきわたしはおもうのよ。

すずめにごちそうしてやって、みんなならして名をつけて、かたやおててにとまらせて、よそへあそびに行くことを。

けれどもじきにわすれるの。だって、遊びはたくさんで、すずめのことなんかわすれるの。

思い出すのは夜だもの、すずめのいない夜だもの。

いつもわたしのおもうこと、もしかすずめが知ってたら、待ちほけばっかししてるでしょ。

わたし、ほんとにわるい子よ。



花言葉

カーネーション

ピンク あなたを熱愛します。

赤 母への祈り

白 私の愛情は生きている

母の日になくはならないカーネーションは、昔ローマに住んでいた美しいギリシャ娘ソクニスの生まれ変わりだという話が伝えられています。ソクニスは冠作りの名人で、市民の人気者のでしたが、それを嫉妬する者に殺されてしまいます。

太陽神アポロは、彼女が美しく神の祭壇を飾ってくれた事に感謝し、虹色に輝くカーネーションに変えて吊ったと言われています。

赤には「お母さんの健康を祈って」白には「いまは亡き母をしので」と言う思いが込められています。

メモリアルメニュー 春会席 2010年4月

Let's sing a song!

花

春のうらの 隅田川のぼりだりの 船人が 權(かい)のしづくも 花と散る ながめを何に たとふべき

見ずやあけほの 露浴びて われにも言ふ 桜木を 見ずやたくれ 手のべて われさしまねく 青柳(あおやぎ)を

錦おりなす 長堤(ちやうてい)に くるればのぼる おほろ月 げに一刻も 千金の ながめを何に たとふべき



企画・写真・調理 JMC 高山 圭祐シェフ他4名

お品書き

- 前菜 蛸と菜の花の芥子和え 湯葉の春巻き 桜豆腐 紅芯大根なます スモークサーモンの奉書巻き 山菜白和え 煮物 鯛の若竹煮 焼き物 鶏の照焼き 柴漬けソース 御飯物 彩りちらし 汁物 蛤のお吸い物

プリズム

季節は若葉の候、初夏へと変わりつつあります。新緑の瑞々しさに命の息吹が感じられ、人間も植物も同じだなあと、いつも思う私です。

さて、皆様は五月と聞けば何を思い起こされますか? 「ごちも日」「鯉のぼり」「母の日」「カーネーション」...。五月は、子供と母親が共に主役になる月ですね。ゴールデンウィークの連休も今年は長くあります。ご家族で過ごされるにはもってこいの五月です。

連休の分散化を唱えている議員の方もいらっしゃいますが、皆様はいかがお考えでしょうか? 昨今の不景気の為、連休も休んではおれず仕事をされる方もいらっしゃる事でしょう。サービスマン業と分類されている医療現場の私達も、交替で勤務致します。ご家庭ではゆつくりと体をお休め下さい。又、出かけられてもあちこち車で一杯でしょうが、運転されます場合はくれぐれも安全運転で!

安全運転と言え、トヨタ自動車」が米国の公聴会で非難を浴びたのは記憶に新しい出来事です。トヨタが大変な事になった...と、その様子をTVのニュースで見ましたが、事故でご主人を亡くされた女性は、「トヨタは恥を知りなさい」と罵声を浴びせておられました。

考えれば、もしこの事故が米国内で起きた日本国内の事故なら、私達も同様に責めるかも知れません。そう思うと、返す言葉は見つかりません...。命とは、かけがいのない重い重いもので、代償する事はできません。私の友人も、交通事故で瞬間にしてその命を断られました...

車って命を運んでるのです。それが分かっていると、何故に起きた事故なのでしょう。今回のトヨタ車リコール問題は、世界中にも様々な問題を提示したと思います。トヨタは、好調な売れ行きで世界のトップへと上り詰め、米国内に於いても、国産車を引き離しての二位となっていました。

加速する人気に油断はなかったのでしょうか? トップだと言う驕りはどこでしようか? 私が問うのも筋違いですが、このような事は、トヨタに限らず起こりえる事だと思えました。人間とはミスをするものです。「油断」と言つた心隙の間も出来ず。問題やトラブルは、そんな時に発生するもの。医療の現場でも同じでは...と思えました。

救われたのは、豊田社長が誠実で真摯な答弁をされた事。そのお人柄が感じられた公聴会でした。また、米国内工場へ行かれた時も、米国の社員の方々は暖かい拍手で迎え「社長について行きます。」と話されていましたね。涙を流される豊田社長を見ていて、私も胸が熱くなりました...。トヨタは色々な事を考える機会を私達に与えてくれました。アクシデントを他人事とせず、おどろおどろしうす注意深く...です。これは、本来、日本人の得意とする感性です。私達の身の回りの出来事に置き換えて考えてみましょう。誰しも心当たりのある事は、少なからずあるのではないのでしょうか?

編集長(事務長) 木村 雅子