

ケイアイ薬品 ママはぐ新聞 (母乳育児&食&子育て&ママ)

次は2017年
5月17日(水)

ママはぐ会の内容: 対象の方: 子育て世代の方<妊娠前・中・後>



知っておいて損はない

食や健康のお話

助産師&保育士による

育児相談会

子育て世代同士の

お友達作り

みんなで和気あいあい(めっちゃめっちゃ美味しいよ)

手作り味噌の味噌汁&おにぎり

助産師さんによる(無料:要予約:3名迄)

母乳マッサージ



ママはぐ会って?



「ケイアイ薬品ママはぐ会」というのは、これから命をはぐくみ育ていく世代の方たちに母乳育児の推進や食や命の大切さをお伝えしていく会です。

ケイアイ薬品、クロレラ工業、助産師さんで発足して5年目となります(参加費無料)実は、このような会は10年ほど前から九州の小さな薬屋さんで開かれていて今でもママたちの拠り所となっています。

私たちが、この大津市にママはぐ会を作ること大津の子育て世代の皆さまの拠り所になればと願っています。

特に、若いママ世代の皆さまに「食」や「命」のお話、「知っておけばご家族の健康にお役立ていただける情報」をお伝えすることで妊娠・出産・育児、ご家族の健康にお役立ていただきたいという思いがあります。

家族の健康の要は毎日の食事です。家族の健康のためにバランスの良い愛情たっぷりの食事を用意してあげることが、子どもたちの健全な成長につながります。

ママはぐ会が地域の子育て世代の皆さまの拠り所となれるように、また、子育て世代だけでなく広く多くの方に食や命の大切さをお伝えできるように地道に活動を広めていきたいと思っています。皆さまのお子さまが健やかに成長し、ご家族全員が心身共に健康で、幸せに暮らしていける手助けができれば嬉しいです。

お友達にも紹介してね

☆活動内容

2カ月に1回ママはぐ会開催
ママはぐ新聞2カ月に1回発行
ケイアイ薬品フェイスブックにて発信



ママはぐ会スタッフ紹介

ケイアイ薬品 磯崎 香

丸屋町商店街でケイアイ薬品健康相談所をやっています(夫婦で薬屋さん)。保育士の資格と経験有で、子どもが大好きです。

鍼灸師の息子(大学生)と夫婦の3人家族です。食や健康(病気)、育児相談&お話をさせていただきます。

こころ助産院 助産師 松田 志帆さん

茨木市でこころ助産院をされています。助産師のお仕事のほかにベビーマッサージ、BS(おっぱい)ケア、頭蓋仙骨療法などの活動をされている3人のおかあちゃんでもあります。子育てをがんばっているお母さん達が「少しでも楽しく育児できるよう援助させていただきたい」と活動されている助産師さんです。ママはぐ会でご希望者におっぱいマッサージや個別に母乳相談もしていただいています(事前にお申し込み下さいね)。

クロレラ工業 新谷祥子さん

“食”に対してこだわりを持っていて料理を作るのが大好きです!おいしいものを食べると幸せになりますよね!健康に過ごすためにはまずは“食”から見直すことが大切だと考えています。皆さんと一緒にママはぐ会を盛り上げていきますね。みなさんにお会いできるのを楽しみにしていま〜す♪

この3人でママはぐ会をやっています。今後とも、よろしくお願ひします。

ケイアイ薬品ママはぐ会 磯崎 香

大津市中央1丁目5-4 丸屋町商店街
お問い合わせ 直通 090-5047-9874
携帯メール sun-hak.1219.kai@docomo.ne.jp



日本では風邪を引いたら 「抗生物質」…ほんとに?!

抗生物質というお薬がよく処方されます。風邪に効くイメージをお持ちの方も多いと思いますが、ほんとうに風邪に効くのでしょうか?

まず、「抗生物質」は細菌をやっつけるお薬です。なので、例えば膀胱炎など細菌が原因の病気には効果があります（しかし全ての菌には効かないので万能ではないですよ）。

そして、風邪の原因は为什么呢？風邪の原因は8割ウイルス2割細菌と言われています。そう、ほとんどの風邪がウイルスが原因なので抗生物質は効かないんです。

じゃあ、なんで風邪の時に 抗生物質出すの?

それは、風邪によって体の抵抗力が落ちてしまうことで、細菌による2次感染（肺炎等）を引き起こす可能性があるのです。それを防止するために出されるのです。特にご高齢の方や乳児など免疫力の弱い人は、肺炎に感染すると命に関わる事態になる場合もあるからなんです。

日本は抗生物質大好き

「とにかく抗生物質飲んだから安心」←ほんと?
「絶対に抗生物質出してください!」←いいの?

これは「風邪=抗生物質で治る」といった間違った認識があるからです。抗生物質は「なんでも治る!」という昔からの神話です。

日本は外国に比べて非常に抗生物質を出す国で知られていますが、「風邪で病院に行くと必ず抗生物質が出るような国は日本だけだ」と世界から笑われているそうですよ。

怖いのはせっかく培われてきた腸内環境が抗生物質1つ飲むだけで壊れてしまうことです。腸内環境が壊れると免疫など大切な働きが低下して修復するのに数か月を要します。また怖いのは耐性ができることです。飲めば飲むほど効かなくなって、本当に必要な時に効かない…なんてことが起こってしまいます。抗生物質はほんとうに必要な時だけにしましょう。

最近よく見かける風景が、ママがスマホに夢中になっている姿です。隣で赤ちゃんが泣いていても、子どもが話しかけてもお構いなしにスマホに見入っているママもいます。

逆に、スマホを赤ちゃんや小さな子どもに持たせて「子守り」をさせている姿もよく見かけます。また「鬼からアプリ」なんて言うのもあって言うことを聞かない子どもに鬼から電話がかかってきて、子どもを怖がらせて言うことをきかせる…というものまであります。

一般社団法人日本小児科医会は子育てアプリが赤ちゃんの育ちをゆがめる可能性や親子共にメディア機器漬けになって相互の会話や体験を共有する時間が奪われる恐れなどを指摘しています。今の時代、スマホは無くってはならないツールですが上手く使ってほしいですね。



次回ママはぐ会のご案内



月日 2017年5月17日(水)

時間 10時過ぎから受付開始
10時15分~13時ごろ(軽食付)

場所 ルネス・ピース大津におの浜1階集会室

お話の内容

☆**こころ助産院 松田志帆<ご相談会>**

助産師さんに妊娠・出産・母乳・卒乳・離乳食などのお悩みを自由に相談して下さい。

☆**クロレラ工業 新谷祥子<お話>**

【食】野菜(栄養価)のお話

☆**ケイアイ薬品 磯崎香<お話>**

【食】クロレラ鮎とはなちゃんのお味噌汁のお話

駐車場 西武の駐車場にお停め下さい。

※駐車券の処理はケイアイ薬品で行いますのでお申し付けください。

お申込み・お問合せ (先着8組さままで)
磯崎の携帯メールかお電話まで。

**母乳マッサージ(無料)ご希望の方<先着3名>は
事前にお申し込み下さいね。**

相談したい事がある場合は事前にお聞かせ下さい。

また、無添加の【おにぎり】【バイオリンク】

【手作り味噌のお味噌汁】【お茶】を用意します。
みんなで一緒に食べましょう。お子さまと一緒に
ご参加ください。最近、すぐに定員になります
ので、お申込みはお早めにね☆