

次は  
**3月6日**  
(水)

# ケイアイ薬品 ママはぐ新聞

## ママはぐ会の内容

対象の方：子育て世代の方・妊娠前中後の方

健康相談所HP



ここから申し込みます♪

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(世界一心が温まるお味噌汁です)

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)

母乳相談&ケア



### 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6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、この津市にママはぐ会を作ることによって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。

ケイアイ薬品で店長をしている夫と鍼灸師の息子(大学院生)と3人家族です。食や病気、漢方・育児相談などが得意です。

#### 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に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♪

お申し込みはLINE@が簡単です!お友達追加後にメッセージを入れてくださいね^^♪ HPからもお申込みいただけます♪

### ケイアイ薬品ママはぐ会 いそざきかおり

津市中央1丁目5-4丸屋町商店街  
直通電話 077-522-8039

健康相談所  
LINE@





今や4人に1人…いや日本人の4割が花粉症と言われる時代になってきました。また、生まれた時から花粉症…って子も…!!

### >>花粉症って？

花粉症は特定の時期に起こる季節性のアレルギー性鼻炎です。原因となる植物は人によって異なり、発症時期も変わります。春ごろ話題になるスギ・ヒノキ花粉以外では、秋に飛散するブタクサやヨモギなどが有名です。以前は大人の病気と考えられていましたが、最近はお子も発症も増えてきています。

症状は大人同様、鼻水、鼻詰まり、目のかゆみや充血など。程度には個人差がありますが、風邪に比べてアレルギーの鼻水は透明でサラサラしており、目の症状を伴うという特徴があります。



### >>予防が大切

アレルギー症状を起こしやすい体質は、遺伝しやすいのですが、原因物質や症状まで同じであるとは限りません。花粉症に限らず、家族にアレルギー体質のかたがいらっしゃる場合は積極的に予防策を実践していくといいでしょう。



また、お子さま本人に食べ物のアレルギーやぜんそくがある場合も、花粉症発症のリスクは高くなりますので予防を心がけましょう。



アレルギーの原因は食べ物やストレスなどがあります。特に食べ物では「ヨーグルトや牛乳などの乳製品」「ジュースやアイスなどの冷たい食べ物」「砂糖が多い甘い食べ物」「インスタントや加工品、ファーストフードなど添加物の多い食べ物」がアレルギーを誘発するので、できれば控えるようにすることで症状の悪化を防げますよ。

右上につづく

ケイアイ薬品では乳幼児のアレルギーにはお薬でなく「バイオリック(クローラ)」「酵素飲料」「乳酸菌」など安心なものをお奨めしています。腸内環境を良くして粘膜を強くするので大人の方にもおすすめです。

花粉症は一度かかると治らない…と言われていたりしていますが、基本的には食生活を含む生活習慣に気を付けながら、身体を健康に整えていけば、症状を出さないようにすることは可能です。花粉症を悪化させるリスクをいかに減らして腸内粘膜を良くするかが花粉症の症状を出さない秘訣になります。

お悩みの方は、ご相談くださいね(^0^)/



## 次回ママはぐ会のご案内



月日 2019年3月6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<妊娠育児相談会>  
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。

☆クローラ工業 新谷祥子<お話>  
【食育】映画「いただきます」のお話

☆ケイアイ薬品 磯崎香<お話・健康育児相談>  
【健康】30人に10人!?発達障害のお話

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5組さままで)  
磯崎の携帯メール、LINE@、お電話、HPで。

母乳相談&ケア(無料)ご希望の方 先着3名  
は事前にお申し込み下さいね。

申し込みをするのはちょっと勇気がいりますが、ぜひ、  
勇気を振り絞って(笑)ご連絡くださいね~(^0^)/

相談したい事がある場合は事前にお聞かせ下さい。  
また、【ご飯】【おかゆ】【バイオリック】  
【手作り味噌のお味噌汁】【茹で卵】【お水】を  
ご用意します。みんなで一緒に食べましょうね。  
お子さまと一緒にご参加くださいね。最近直ぐ  
に定員になりますので、お申込みはお早めにね☆