

のべおか★ エコチルだより

vol.1

エコチル調査にご協力頂いている皆様いろんな情報をお届けします♪

延岡のエコチル調査参加者数
(12/10現在)

お母さん 1,039人

お父さん 723人

計 1,762人

先生のおはなし

「周産期」って？

宮崎県立延岡病院 産婦人科・周産期科 寺尾 公成 先生

「周産期」という言葉をご存じですか？

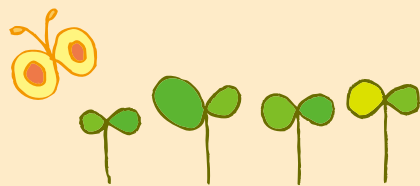
「周」は周辺の「周」、「産」はお産(分娩)の「産」、「期」は時期の「期」、すなわちお産の周辺の時期のことをいい、母体と胎児が共存する「妊娠」、胎児が母体から産まれて新生児になる「分娩」、母体と新生児が分離した「産褥(産後)」、この三つの時期を総称して「周産期」といいます。言い方を変えると、妊娠という静的現象から分娩という

動的現象を経て、初めて新しい命がこの世に誕生する一連の時期とも言えるでしょう。その周産期を誰しものが何事もなく乗り越えていけばいいのですが、時に医療の手を差し伸べなければならぬことがあります。

平成23年からスタートした「エコチル調査」は、環境保健の観点から、正にこの周産期問題を全国レベルで考えていこうということをコンセプトにしているといっても過言ではありません。



「エコチル調査」に参加された皆様におかれましては、海・山・谷を乗り越え、有意義な周産期の一時を過ごし、そして新たな命がこの世に芽吹き、未来に向かって育んでいかれることを願ってやみません。



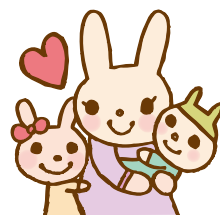
エコチルおかあさんの声

2人目でかわいい女の子が生まれてきてくれました。上の子がやきもちを焼かないか心配しましたが、よいお兄ちゃんて妹の世話をしてくれて助かっています。

上の子にアレルギー性の鼻炎もあったのでこの子のアレルギーがわかればいいなと軽い気持ちでエコチル調査に参加しました。質問票が思った以上にあってびっくりしましたが、食事、運動、職場の環境、家庭環境等改めて自分の生活を振り返ることができ、気を付けるようにもなりました。

「いつでも辞められる」と聞き、気軽さもあって参加を決めました。今のところ全く無理なく参加できていますので今後も続けていけそうです。今後の子ども達やお母さん達のために少しでも役立っていけたら幸いです。今後の研究結果も楽しみにしています。

(Y.Hさん)



HELLO!! エコチルBaby!!

エコチル参加者が続々ご出産されています！
嬉しい限りです!!おめでとうございます♪

エコチルBabyのお写真は掲載許可を
得ていないため削除いたしました。
(載せたい方は別途ご連絡下さい。)

第3回市民公開講座

「つながる いのち 子どもの未来を考えよう
～子どもと環境について～」を開催しました!!



12月16日、現役プロレスラー・タレントとして大活躍のジャガー横田さんをお呼びし、貴重で楽しいお話をして頂きました♪たくさんのご来場ありがとうございました!次回も同時期に著名人をお招きし、イベントを開催する予定です!お楽しみに♪



～エコチル掲示板～

- 住所変更等は、医療機関へのお申し出、又は事務局へお電話をお願いいたします。
- 1歳のお誕生日に進呈する記念品が決まりました!何が届くかお楽しみに…♪

Break Time

子ども不思議話

「胎内記憶」

子どもはある年齢までママのおなかの中にいた時の事を覚えているという話をよく聞きます。出産時の事を聞くと「すべり台をシューッとすべったらパッと明るくなった。」という子もいるとか。

話が出来るようになる頃に聞くといいようです。どんな答えが返ってくるか楽しみです♪

ドライフルーツの ヨーグルトスコーン

妊婦さん&産後のお母さんへ簡単レシピをご紹介します!今回はカルシウム・鉄分が豊富に含まれるコチラのレシピ♪

材 料

バターを使わずヨーグルトだけでまとめる、あっさりとした生地です。
砂糖を控えめにし、ドライフルーツの甘味でいただきます♪

- 薄力粉 250g
- グラニュー糖 25g
- ベーキングパウダー 小さじ 1.5
- ミックスドライフルーツ 80g
- プレーンヨーグルト 200g

作り方

- ①材料を全て混ぜ、手に打ち粉(分量外)をして、直径5cmのボールを6個作る。
- ②170度のオーブンで15分焼く。カロリーが気にならない方は、砂糖を加えてホイップした生クリームとイチゴを添えても(カロリー計算には含まず)。



1個分の栄養素 エネルギー:231kcal/カルシウム:82mg/鉄分:1mg

「アイクレオ株式会社(グリコグループ)ホームページ」より引用

みなさん
こんにちは!!

お問い合わせ

エコチル調査

宮崎サブユニットセンター事務局

TEL: 0985-85-9830

次回もお楽しみに♪



宮崎サブユニットセンター事務局です☆

これから、「のべおかエコチルだより」を定期的に発行していきます!皆様のお目に留まるような情報を提供していきたいと思っております♪

今後ともどうぞ宜しくお願いいたします!