

La・cigogne

ラ・シゴニーユ

私らしく生きるためのライフブック



2023
VOL.49
AUTUMN

TAKE FREE

La・cigogne | 2023 VOL.49 AUTUMN

発行/株式会社ラシゴニーユ 〒812-0011 福岡市博多区博多駅前2-5-8 ヘルコモン博多7階 TEL/FAX 092-473-5080



私も知らない 私に出会おう

気軽にトライ!!
500+以上の項目を
遺伝子レベルで解析します。



遺伝子検査キット

ジェノプランとは?

ジェノプランは、ご自身で唾液を採取することで簡単に遺伝子検査を行うことができる、遺伝子検査キットです。

各疾患の発症リスクを数値で確認できます。



【期間限定】
ラ・シゴニーユ特別価格

メーカー希望小売価格
32,780円(税込)のところ

22,000円(税込)

※2023年11月30日お申込分まで

業界最速10営業日で検査結果の閲覧可能

検査を受ける時の気持ちを忘れずに、次の行動に進んでいくことができます。Genoplanのページ上で、生活習慣改善につながるアドバイスを確認することができます。

健康増進のための必須ツール

Genoplanの遺伝子解析サービスは、あなたの生活習慣改善に対する食生活、運動習慣、スキンケアなどの最適化ができます。

Genoplanの遺伝子検査で分析される項目<一例>



胃がん
大腸がん
肺がん
乳がん
前立腺がん
肝臓がん...等



2型糖尿病
肥満
脂質異常症
高血圧
心筋梗塞
脳出血...等



内臓脂肪
下半身肥満
過食症
リバウンド
肌の弾力
色素沈着...等

*2023年1月16日時点 自社調べ

【正規販売代理店】 LIFE BOX各店 またはQRコードよりお申込み下さい。



ライフボックス

平尾駅店 ☎ 092-791-5371
福岡市中央区平尾2-5-8



サニ一向新町店 ☎ 092-406-3125
福岡市南区向新町1-14-50



お申し込みは
こちらから▼



注目記事

介護施設見学ツアーに密着

注目連載

教えて、先生!
ワクワク世界旅行

Topic

遺伝子検査キット

気軽にトライ!
各疾患の発症リスクを数値で確認

Facebook, Instagram, Twitter

「ラ・シゴニーユ」で検索!



カラダ会議がリニューアル
して読みやすくなりました!

カラダ
会+議
ドクター編

知りたい
学びたい
専門知識

ココロ
会+議
癒し編

心地よく
生き抜くために

カラダ
会+議
企業編

専門分野から
豆知識

ラ・シゴニーユTV

J:COM(11ch)にて、絶賛放映中!
詳しくはJ:COM 番組表をご覧ください。
見逃した方は

YouTube

ラ・シゴニーユTV
チャンネルから



INDEX

- 01 ZAKUROYA
- 02 ラ・シゴニーユ設置情報
千鳥屋本家
- 03 生活の窓口 介護施設見学ツアーに密着
- 05 教えて、先生!YouTubeチャンネルを開設しました
- 06 教えて、先生!不妊治療の保険適用のお話
- 07 ロート製薬
A PIECE OF MUSICAL
- 08 カラダ会議(ドクター編)
蔵本ウイメンズクリニック
アイブイエフ詠田クリニック
古賀文敏ウイメンズクリニック
青葉レディースクリニック
松田ウイメンズクリニック

ラ・シゴニーユは、「女性の一生」と「家族の健康」を考える情報誌です。



- 13 カラダ会議(ドクター編)
朝倉健生病院
大原ちか眼科
- 15 カラダ会議(企業編)
株式会社メニコン
ZAKUROYA
- 16 ココロ会議 月花
- 17 カラダ会議クリニック・企業ガイド
- 18 フェムテックフォーラム
- 19 秋のスペシャルプレゼント
こちらアフリカ・モザンビーク(第37回)
- 20 ラ・シゴニーユ インフォメーション
- 21 ワクワク世界旅行④
- 22 教えて、先生!超一流起業家育成塾
- 23 Genoplan 遺伝子検査キット

次号予告 次号は... **2023年12月**発行予定

設置場所(一部)

たくさんのご協力、本当にありがとうございます。今後ともよろしくお願いいたします!

- ▶西鉄福岡(天神)駅 ▶医院・クリニック(68カ所) ▶薬局(208カ所) ▶大賀薬局(全店) ▶馬場薬局(全店)
- ▶千鳥屋本家(全店) ▶幼稚園・保育園(44カ所) ▶福岡市内の子どもプラザ(13カ所)

※子どもプラザは、乳幼児親子がいつでも気軽に訪れ、自由に遊ぶことができる、福岡市の子育て支援の拠点です。

- ▶福岡市役所子ども未来局子ども総合相談センター(えがお館)子ども支援課 ▶全国健康保険協会 ▶博多区保健福祉センター・中央区保健福祉センター
- ▶福岡市男女共同参画推進センター アミカス ▶大野城まどかびあ男女平等推進センター アスカーラ
- ▶福岡労働者支援事務所 子育て女性就職支援センター ▶福岡市博多図書館 ▶博多市民センター ▶中村学園大学 中村学園短期大学部 図書館
- ▶香蘭女子短期大学 ▶福岡女子大学 ▶精華女子短期大学 ▶(社)嬉野温泉観光協会・嬉野温泉旅館組合 ▶武雄市図書館
- ▶アバンセ(佐賀県立男女共同参画センター・佐賀県立生涯学習センター) ▶LIFE BOX各店舗 他



秋のティータイムに、大人のプレミアム ヨーデルンの「ピスタチオ」味



▲店舗検索、オンラインショップはこちらから



チロル渓谷に古くから伝わるロールクッキーに、千鳥屋独自のアレンジを加えた「ヨーデルン」ピスタチオ味が仲間入り。
イタリア産高級ピスタチオをふんだんに使ったリッチなクリームをサクサクの生地とともに、ヨーデルンは発売以来、皆様に愛される千鳥屋の代表的な洋菓子です。



TOP INTERVIEW

タナカ
コーポレーション
株式会社

ザクロ一筋、常に確かな品質で本物のザクロを。
ザクロはどれも同じではありません!

創業以来、ザクロだけにこだわり抜いて23年。
ザクロのパイオニアとして躍進する
タナカコーポレーション株式会社
前号につづき、田中公一社長にお話をうかがいました。



代表取締役 田中公一

2001年4月ザクロ屋を創業。
2023年4月より九州大学大学院
農学研究院との共同研究を開始。
いつも探究心を忘れず、ザクロと
本気で向き合いつづけています。

販売開始から23年。
こだわりつづけてきた
ことは

まずは日本人の口に合う味と、やはり「濃縮エキス」ということ。ザクロ屋は、この作り方(エキス)にずっとこだわり続けてきました。ちよつと味をつけたようなジュースでは、ザクロの効果を感じることはできないと思っています。
開発当初は、他にこれ(ザクロ)に代わるものはないか、色々調べましたが、結果、なかったです。ザクロは一言でいえば、スーパーフルーツ。間違いなく「ザクロのしずく」が最高峰の品質と思っています。



左:ラ・シゴニーユ編集長 永山佳代

その想いを後押ししたものは何でしょう

やはりたくさんのお客さまからの生の声です。ご懐妊報告は4000人以上の方からいただいておりますし、他にもさまざまな悩みを解消したというお声をたくさんいただいています。これまでに累計60万人以上の方に飲みいただいたという実績が、私どもの揺るぎない自信にも繋がっています。
私どもが当初からこだわった「ザクロには何かあるぞ」という思いが、たくさんの人に伝わって、効果を感じていただいて、今、本当に嬉しいです。

まだまだ可能性は広がると言えますね

はい。九州大学との共同研究も始まりました。これによって、今まで知らなかったザクロの秘めたる力も目の当たりにしています。まだまだ素晴らしい発見は続くと思いますし、色々な可能性をもっともつと追求して、たくさんの人を幸せにしていきたいと思っています。



ザクロのしずく スティック15本入 通常価格 3,996円(税込)
ザクロのしずく 500ml入り 通常価格 6,998円(税込)

タナカコーポレーション株式会社

〒816-0845
福岡県春日市白水ヶ丘4丁目98-5
☎ 092-584-9512

ZAKURÖYA ザクロ屋

ザクロのしずくの原料は、イランにある契約農場で栽培しています。私自身、現地に赴いて色々食べ比べた結果、ここで栽培されるザクロが一番おいしいという結論に至りました。イランの気候は非常に乾燥していて土地に水分が少ないため、時間をかけて最大限の栄養を吸収しようとする。その結果、果汁も栄養成分もたっぷりのザクロになるのです。
イラン産ザクロだけでも約200種類あると言われています。その中でも最高品質の品種にこだわっています。



<見学者のお声>

- 設備がよくて、わがままをきいてくれる施設だなと感じました。
- 食事を(レストランなどで)皆で食べられるのがいいですね。やっぱり独りだと虚しいですから、多ければ多いほどいいですね。
- すごくゆったりした老後が送れそうで参考になりました。歳を取ったらゆっくり生活したいので、そんな感じもあって、私の理想的なものでした。
- とっても勉強になりました!

株式会社ベネッセスタイルケア
リハビリホームグランド竹下
ホーム長 川野剛さん

当ホームでは自立の方から要介護5の方までご入居いただけるので、将来生活が不安だなという方、**どういう方に入居してほしいですか?**

生活の窓口

生活の窓口は、西日本新聞社が2017年から取り組む事業で、暮らしとお金に関するお悩みに対して、専門のスタッフが無料で相談にのってくれるサービスを展開しています。



ラ・シゴニューTVリポーター 宮本 亜里沙(みやもと ありさ)

今回は、生活の窓口が企画する 介護施設見学ツアーに密着取材しました。

生活の窓口が企画する介護施設見学ツアーは、毎回人気の企画で、今回は70代80代を中心に15名が参加しました。出発地の福岡市中央区天神からバスでおよそ30分。今回の見学先は、リハビリホームグランド竹下。ベネッセスタイルケアが運営する住宅型有料老人ホームで、2022年秋に、JR竹下駅から徒歩6分の好立地にオープンしました。

生活の窓口では終活に関するご相談を受けることも多く、実際に施設を見学することで「終の棲家」の生活をイメージしてもらおうと、企画されたものです。

ベネッセグループが運営する施設としては福岡初となるこの施設では、年齢とともに衰える心身をサポートする「フレイル予防」に力を入れていて、ハード面だけでなく、独自のプログラム(体操教室や、書道倶楽部等)を取り入れるなど、ソフト面も充実しています。

スタンダードのお部屋は、20㎡。全室バリアフリー対応で、水回りの設備はもちろん、シャワーやお風呂がついたお部屋もあります。またシアタールームなど、映画やスポーツ観戦を皆で楽しめる空間。

間や、テイルームや屋外のテラスなど、リラックスできる環境も整っています。

またこの施設の一番のウリとも言える設備が、「機能訓練室」です。ここには、機能訓練指導員が常勤していて、入居者の個別のリハビリプランを提案しています。

▼今回のお話は
YouTube
ラ・シゴニュー
TVチャンネル
でもご覧いただけます。



川野 剛(かわの こう)さん

方や、お一人での生活に困っている方などに、来ていただけたらと思います。



この日は施設見学のあと、ランチタイム。入居者が日ごろ食べている食事が振舞われました。この日のランチは「海鮮丼」で、庭を眺めながらのランチタイムは最高でした。



佐藤 泰輔(さとう たいすけ)さん

西日本新聞社
メディアビジネス局
メディアプランニング部
佐藤泰輔さん

見学ツアーについて

ぜひ「ご自身で見て知って、ご判断いただく」。そんな機会にしたいだけだと思います。誰でもそうだと思いますが、やはりご自身が入居する場なので、人から決められたり、誰かの都合で入居するというのは少し寂しいものです。ご自身で納得して決めていただきたいので、ぜひこのツアーを利用していただいて、施設選びのポイントをつかんでいただきたいです。

リハビリホームグランド竹下
機能訓練指導員(理学療法士)
徳永亮さん



徳永 亮(とくなが まこと)さん

この機能訓練室の特徴は?
(ご入居者の)生活の場面で常に状況を観察することができ、で、ちょっとした状態の変化をその場その場でつぶさに確認できることがメリットとして感じています。



取材を終えて(ラ・シゴニューTVリポーター 宮本 亜里沙)
一日体験しましたが、非常にホテルライクな介護施設で驚きました。「百聞は一見に如かず」です。ご入居を考えていらっしゃるご本人さま、またはご家族でぜひ一緒に見学してはいかがでしょうか?

〈費用について〉
最初に納める入居金が680万円から。毎月の利用料は、およそ20万円から。(月額支払型もあります)詳しくは生活の窓口又は見学ツアーでお尋ねください。

西日本新聞社 ライフコンシェルジュ
生活の窓口
福岡市中央区天神1-4-1 西日本新聞会館ビル10階
092-752-8150(平日10時~17時)*土日祝日は休業
暮らしやお金について、気軽に相談ができます。



ホームページは
こちらから▲



LINEは
こちらから▲

HPや公式LINEアカウントでさまざまな情報を発信していますので、ぜひご覧になってください。



井上善レディースクリニック
院長 井上 善仁 (いのうえ よしひと)

日本産科婦人科学会専門医
日本生殖医学会 生殖医療専門医
日本女性医学学会認定医
日本産科婦人科内視鏡学会腹腔鏡技術認定医
昭和59年3月九州大学医学部卒業。
九州大学大学院医学系研究科博士課程修了(医学博士)。米国シンシナティ大学医学部生理学教室留学後、福岡市立福岡市民病院産婦人科医長、九州大学医学部附属病院産婦人科併任講師、福岡大学病院准教授、国家公務員共済組合連合会浜の町病院産婦人科部長を経て、平成28年7月井上善レディースクリニック開院。

井上善レディースクリニック院長 井上医師の

教えて、先生! 「保険適用のお話」 生殖補助医療に係る評価(保険点数)について

生殖補助医療管理料については、月1回の算定が可能です(女性の年齢が生殖補助医療の開始日において43歳未満であることが条件)。これには治療計画の作成が必須で、カルテへの記載内容、診療報酬明細書への記載内容等が厳格に定められています。

生殖補助医療管理料は「表1」の通り、生殖補助医療管理料①を算定する場合、患者からの相談に対応する専任の担当者を配置していること等が条件となっています。

さらには細分化を望む声もあると聞いています。

表1

(新) 生殖補助医療管理料(月1回)	
1 生殖補助医療管理料①	300点 (負担額: 900円)
2 生殖補助医療管理料②	250点 (負担額: 750円)

表2

(新) 採卵術	3,200点 (負担額: 9,600円)
注	採取された卵子の数に応じて、次に掲げる点数をそれぞれ1回につき所定点数に加算する。
イ 1個の場合	2,400点 (負担額: 7,200円)
ロ 2個から5個までの場合	3,600点 (負担額: 10,800円)
ハ 6個から9個までの場合	5,500点 (負担額: 16,500円)
ニ 10個以上の場合	7,200点 (負担額: 21,600円)

表3

(新) 体外受精・顕微授精管理料	(負担額: 12,600円)
1 体外受精	4,200点
2 顕微授精	
イ 1個の場合	4,800点 (負担額: 14,400円)
ロ 2個から5個までの場合	6,800点 (負担額: 20,400円)
ハ 6個から9個までの場合	10,000点 (負担額: 30,000円)
ニ 10個以上の場合	12,800点 (負担額: 38,400円)

井上善レディースクリニック

【診療時間】 平日 10:00～13:00 / 14:30～18:00
(予約制) 土曜 10:00～12:00 / 13:00～16:30
木曜 10:00～13:00 / 午後休診
※最終受付は、診療時間終了30分前です。
【休診日】 日曜・祝日



クリニック情報は
こちらから

〒810-0001 福岡市中央区天神1-2-12 メットライフ天神ビル6F TEL:092-406-5302

井上善レディースクリニック 検索



青葉レディースクリニック
院長 小松 一(こまつ はじめ)

(社)日本産科婦人科学会産婦人科専門医
1995年3月 九州大学医学部卒業。九州大学病院周産母子センター母性胎児部門、北九州市立医療センター産婦人科、九州厚生年金病院(現、九州病院)産婦人科などを経て、2007年5月青葉レディースクリニックを開院。家族が泊まれる特別室を併設。2012年8月にはマタニティヨガ、離乳食教室、母親教室を開始。患者さまとの対話を重視し、安心・安全でしっかりとした診療のご提供を第一として、未永く地域のみならず愛される病院を目指す。母体救命救急医JMELSインストラクター、新生児蘇生法NCPRIインストラクター、臨床研修指導医。

青葉レディースクリニック院長 小松医師の

教えて、先生! YouTubeチャンネルを開設しました

婦人科の症状には不正出血、オリモノの異常、生理不順、生理痛などいろいろありますが、正確に診断し適切に治療することは、決して簡単なことではありません。やはり丁寧な問診で隠れた症状を選び、正しい診断と治療が適切に行われることが何よりも大切です。



YouTubeチャンネルは「表2」の通り、生殖補助医療管理料①を算定する場合、患者からの相談に対応する専任の担当者を配置していること等が条件となっています。

YouTubeチャンネル(一部ご紹介)

第1回 産婦人科の受診のタイミング
(骨子)風邪をひいた時に内科を受診されるのと同じように、身体の調子が悪いと思った時に、気軽に産婦人科を受診してもらえたら嬉しいです。

第2回 特に無月経は注意 20歳を過ぎたら婦人科チェックを
(骨子)生理不順の場合も、婦人科のチェックが大切です。例えば生理が3か月来なければ、受診をおすすめします。排卵をしていない(不妊症の)可能性も考えられるからです。

第3回 無月経は放置しないで 年齢に応じた対処と治療
(骨子)生理がないという状態は、女性にとってはすごく心配なことです。無月経は年齢によって病気の種類が変わってきます。

YouTubeチャンネルは
こちらから▶



青葉レディースクリニック

【診療時間】 平日・土曜 09:30～12:00(受付9:00～)
※予約制 15:30～18:00(受付14:30～)
【休診日】 日曜・祝日 ※急患は除く
【面会時間】 13:00～21:00



小松院長の
子宮筋腫の
お話はコチラから

〒813-0036 福岡市東区若宮5-18-21 TEL:092-663-8103

青葉レディースクリニック 検索



医療法人
蔵本ウイメンズクリニック

バランスのよい食事で妊娠体質に／ 冷え対策も大切



蔵本ウイメンズクリニック
院長 蔵本 武志 (くらもと たけし)

日本産科婦人科学会産婦人科専門医、日本生殖医学会生殖医療専門医、同指導医、一般社団法人JISART(日本生殖補助医療標準化機関)理事、久留米大学医学部臨床教授、山口大学非常勤講師。
山口県柳井市出身。1979年久留米大学医学部卒業。1985年山口大学大学院修了。医学博士。1995年6月蔵本ウイメンズクリニック開院。開院当時より、体外受精、顕微授精をはじめ、一般不妊治療や生殖医療の研究を広く行う。その他、不妊教室を開催し、国内では各学会への参加、発表、講演などを、また、国外では世界学会への参加、発表、情報交換などを行う。

体が健康でなければ、赤ちゃんを迎えられません。栄養バランスのよい食事を規則正しくとることを、ぜひとも励行してください。
女性は卵巣から老化が始まります。よい卵子を育てるために抗酸化作用の強い食品をたっぷり摂りましょう。抗酸化ビタミンの代表格、ビタミンCは野菜や果物に多く含まれています。活性酸素を強力に取り除くビタミンEはナッツ類やうなぎ、かぼちゃなどに豊富に含まれています。油はオリーブ油や紅花油がおすすめです。抗酸化力が強く血液をサラサラにする効果もあります。また亜鉛も積極的にとりたいもの。亜

鉛は別名セックスミネラルともいわれ、生殖機能を正常に保ち、精力を高める働きがあります。牡蠣などに多く含まれています。女性ホルモンのバランスを整える作用もあるので、妊活には必須栄養素といえるでしょう。
体が冷えていると卵巣や子宮の働きが低下してしまいます。また血行が悪くなると大切なホルモンを必要な場所にスムーズに運べなくなり、冷え性が必ず不妊になるわけではありませんが、妊娠しにくくなるのは、冷えてしまうことと関係が深いでしょう。早寝早起きで生活のリズムを作り、適度に有酸素運動を取り込むことで、血行がよくな

ります。食べ物にも注意が必要です。基本的に冷たい食べ物、甘いものも体を冷やします。生野菜より温野菜を、野菜ジュースよりあたためた野菜スープをとりましょう。夏も油断は禁物です。エアコンによる冷え性が増えています。温度差を意識した生活を心がけましょう。入浴は体をあたためる特効薬です。ことに半身浴がオススメです。足を伸ばして30分ほどゆつくりつかると、心も体もポカポカになりますよ。



クリニックのホームページはこちらから↓



医療法人
蔵本ウイメンズクリニック

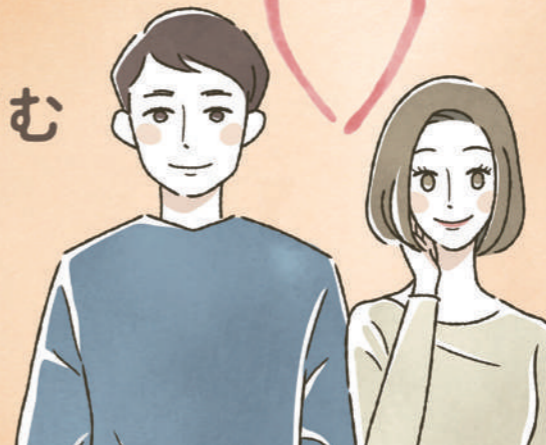
【診療時間】 平日・土曜 08:30～12:00 / 14:30～17:00
金曜 08:30～12:00 / 午後休診
【休診日】 日曜・祝日

※現在、新型コロナウイルス感染症により一般不妊説明会の開催を見合わせております。体外受精説明会は毎週水曜日午後開催しております。初めての方は診療時間内にお電話でご予約の上、ご来院下さい。

〒812-0013 福岡市博多区博多駅東1-1-19 TEL:092-482-5558

蔵本ウイメンズクリニック 検索

夫婦で
いのち育む
時間に。



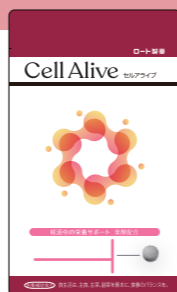
ロート製薬

PQQ配合サプリメント

PQQ(ピロキノリンキノン)とは、体内でエネルギーを作り出す細胞内の器官(ミトコンドリア)などに存在し、母乳をはじめ、納豆、豆腐などの食品にも含まれるビタミン様物質です。

※PQQ:ピロキノリンキノンニナトリウム塩

通信販売限定
PQQ10mg配合



詳しくはこちら▶



妊活期に不足しがちな栄養もサポート!

PQQ
10mg
+
葉酸・鉄・亜鉛・
ビタミンD

医療機関限定
PQQ20mg配合



おうちでも
卵育つ時間に。

PQQ
20mg



取り扱い施設はこちら▶



活力もチャージし、
夫婦の豊かな時間に。

PQQ
20mg
+
マカエキス
オタネニンジンエキス
大豆エキス(ポリアミン)



A PIECE OF MUSICAL

イベント

ミュージシャン主催によるミュージカルライブ!! 豪華なバンドに加え、華麗なるボーカルキャストをお迎えして素敵な“音”をお届けします。

2023年11月24日 金 夕方公演 Open 16:00 / Start 16:30
夜公演 Open 19:30 / Start 20:00

全席自由 前売り大人 ¥4,000 子供(3歳~中学生) ¥1,000
当日大人 ¥5,000 子供 ¥2,000

会場 Gate's7 TEL: 092-283-0577
〒810-0801 福岡市博多区中洲 3-7-24 gate's ビル7F

チケットはこちらから↓



YouTube
ラシゴーニュTVで
紹介しています。
ぜひ、ご覧ください。



【応援企業】

ZAKUROYA

大賀薬局
OHGA Pharmacy

田舎庵

QBC! 九州ビジネスチャンネル

グーニーズグループ

La.cigogne



育児の合間に、ほっと一息つける場を



古賀文敏ウイメンズクリニック
助産師 栗原 早紀 (くりはら さき)

2006年長崎大学医学部保健学科看護学専攻 卒業後、葛飾十字産院(現かつしか赤十字母子医療センター)に入職し、産科とNICUに勤務。その後、宮崎の下村産婦人科で母親学級や出産の管理及び出産後の母児ケアを行う。2016年より古賀文敏ウイメンズクリニックに入職し、不妊治療に悩む女性のケアや、胎児ドックでの妊婦に寄り添うサポートを行っている。また、2021年より、助産師と保育士が共同で母児ケアを行う産後ケアを企画し、育児サポートを担当している。現在、産後ケアの希望者が多く、予約枠を確保するのが難しくなっている。

政府が掲げる『次元の異なる少子化対策』、その一つに『こども誰でも通園制度』があり、福岡市は、市内の3保育園で国のモデル事業を実施しているそうです。母親の孤立や育児疲れを軽減することを狙っているとのこと。本当に重要な対策だと思えます。当クリニックで「昨年から行っている産後ケア事業も、微力ですが、疲労軽減のお手伝いが出来ているようで、『ワンオペの毎日で気が滅入っていたけど気分転換になった』『受診するほどではない相談ができて良かった』『ネット情報に翻弄されていたけど直接相談出来てよかった』などの感想を戴いて

います。また、利用後すぐに次の予約をされる方が多く、子育ての合間のリフレッシュ、社会の中で子育てを支援する仕組みの重要性を感じています。産後ケアは一回の出産につき7回利用でき、更に福岡市は今年度から利用料の自己負担額が減額され、利用しやすい環境は整ってきています。しかし、産後ケアだけでなく日頃から子育て支援の輪、ママ同士の繋がりも大切だと感じます。当クリニックでも、産後ケアに加え、8月から育児イベントを開催しています。8月のベビーマッサージの会は、募集後すぐに定員が埋まってしまいました。赤ちゃん



クリニックのホームページはこちらから↑



古賀文敏ウイメンズクリニック

【診療時間】 平日 10:00～13:00 / 15:00～18:00
 (完全予約制) 水曜 10:00～13:00 / 午後休診
 土曜 10:00～13:00 / 15:00～16:30
 【休診日】 日曜・祝日

※「初診予約受付日」は、お電話かHPでご確認ください。
 ※不妊治療・不育症治療の他、胎児診断(出生前診断)も実施しています。

〒810-0001 福岡市中央区天神2-3-24 天神ルーチェ5F TEL:092-738-7711

古賀文敏ウイメンズクリニック 検索



卵子凍結の費用は？



アイブイエフ詠田クリニック
院長 詠田由美 (ながた ゆみ)

医学博士(産婦人科学、生殖生理)、日本生殖医学会生殖医療指導医、日本産科婦人科学会認定医、アメリカ生殖医学会生殖外科認定医。1980年福岡大学医学部卒。その後産婦人科学、生殖内分泌学、内視鏡手術を学ぶ。1989年より福岡大学医学部で体外受精研究を始め、1995年より福岡大病院不妊治療グループチーフ(福岡大学医学部講師)となり、日本産婦人科内視鏡学会シンポジスト、日本受精着床学会シンポジスト、アメリカ生殖医学会発表ならびに座長などを経て、1999年4月 アイブイエフ詠田クリニックを天神に開業。福岡大学医学部臨床教授。

2022年4月にART治療はすべて保険の適応になり、不妊患者さんがパートナーと妊娠を望む場合は排卵誘発から採卵・胚凍結胚移植とすべて保険の対象となります。一方、卵子凍結は不妊治療ではないためすべての過程が全額自己負担となります。将来、凍結卵子を用いた不妊治療も保険の適用はなく全額自己負担になることをよく理解ください。卵子の凍結保存で約25万円から30万円、この卵子で体外受精を行うのに約50万円の負担が出てきますので、経済的にはまだ一般的な治療になつていないのが現状と言えます。

当院では卵子凍結保存は2005年からがん患者さんの妊孕性(にんようせい)温存で開始しました。2019年、がん患者さんの凍結卵子(2009年の凍結保存)によるARTでの妊娠・出産、2020年より社会的適応での卵子凍結保存を開始しました。現在は、2022年4月から保険適応の年齢制限が決定したことにより、卵子凍結保存にも注目が集まり増加傾向にあります。年齢と伴に卵子数の減少と卵子の質の低下から妊娠率は低下し、流産率が上昇します。卵子が消失する日が閉経です。生殖専門



最新の詠田先生のお話はこちらから▶

医も閉経現象を止めることはできません。これに対して私どもが協力できるのは、「卵子凍結保存」という方法です。ただし40歳を超えてからの妊娠・出産の危険性も十分に理解しておかなければなりません。「卵子凍結保存」したので何歳になっても安全な妊娠・出産ができるものではありません。妊娠・出産に関する正しい知識を得て、自身のライフスタイルの構築を行うことが現代女性には必要と言えます。



医療法人 アイブイエフ詠田クリニック

【診療時間】 平日 09:00～13:00 / 15:00～17:00
 (完全予約制) 水・金曜 09:00～12:30 / 午後休診
 土曜 09:00～14:00
 【休診日】 日曜・祝日

※「初診予約受付日」は、お電話かHPでご確認ください。

〒810-0001 福岡市中央区天神1-12-1日之出福岡ビル6階
 TEL:092-735-6655 TEL:092-735-6610(不妊治療予約)

アイブイエフ詠田クリニック 検索



どうする、日本の少子化



医療法人松田ウイメンズクリニック
院長 松田 和洋(まつだ かずひろ)

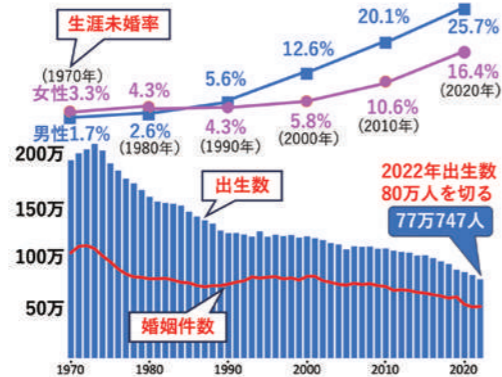
1982年鹿児島大学医学部卒業。1年間福岡市の救急病院での研修後、1983年鹿児島市立病院産婦人科入局。周産期を専攻し、1986年'88年の2年半、米国カリフォルニア州ロサンダ大学生理学部周産期生物学教室に留学 (research fellow)。帰国後、1990年頃より不妊生殖医療及び内視鏡検査・手術に従事し、同時期より体外受精・顕微授精も手掛ける。同産婦人科医長を経て2000年3月、南九州初の不妊・不育症専門クリニックとして鹿児島市に松田ウイメンズクリニック (MWC) を開業、現在に至る。

クリニックの
ホームページは
こちらから⇒



日本の少子化が止まりません。昨年の出生数は遂に80万人を下回ってしまいました。婚姻数の減少、生涯未婚率(50歳時の未婚割合)が少子化に大きく影響していることは間違いありませんが、その原因は複合的で多岐に渡ります。主な要因は経済的な不安定感、女性の社会進出と家庭生活の両立の難しさ、結婚・出産の選択肢の多様化、住宅や育児支援の不足などが挙げられます。また、教育費の負担や個人の生活スタイルの変化も影響しています。

を両立しやすい環境を整備することが重要です。また、結婚や出産を支援するための制度や手当の拡充も必要です。住宅支援や子育て支援の充実も、若い世代の家庭の経済的な負担を軽減し、出産意欲を高める一因となるでしょう。さらに、教育環境の改善や子育てに対する社会全体の意識の変革も重要です。若し世代が将来の展望を持ち、子育てが希望あるものと感ずることが大切で



す。最終的には、政府、企業、地域社会の連携による包括的な対策が求められます。

〒892-0844 鹿児島市山之口町1-10 鹿児島中央ビル3F TEL:099-224-4124

松田ウイメンズクリニック 検索



女性にとって避けては通れない
月経のお話 Q&A(1)



青葉レディースクリニック
院長 小松 一(こまつはじめ)

(社)日本産科婦人科学会産婦人科専門医。
1995年3月 九州大学医学部卒業。九州大学病院周産母子センター母性胎児部門、北九州市立医療センター産婦人科、九州厚生年金病院(現、九州病院)産婦人科などを経て、2007年5月青葉レディースクリニックを開業。家族が泊まれる特別室を併設。2012年8月にはマタニティヨガ、離乳食教室、母親教室を開始。患者さまとの対話を重視し、安心・安全でしっかりとした診療のご提供を第一として、未永く地域のみならず愛される病院を目指す。母体救命救急医JMELSインストラクター、新生児蘇生法NCPRインストラクター、臨床研修指導医。FM福岡で「やさしく解説:産婦人科のおはなし」(毎週木曜10:55~)を放送中。

最新の小松先生のお話はこちらから↑



近年の月経事情について
初経の年齢を調べた報告を見ると早い子で10歳、遅くても14歳、平均的には12歳ごろに始まるようです。世界的にみると、ゆっくりとですが低年齢化が進んでいるようです。そのため親御さんも上手く関わっていく必要があると思っています。

当院は開業して17年になりますが、(患者さんの)一人目のお子さんが女の子だった場合、「娘に月経がないんです」と、来院されることが増えてきました。目安として15歳になっても月経が始まらない場合は、受診をおススメします。

受診されても今は、エコーの機械がとてもよくなっていて、必ず内診をすることもありません。また採血でわかることも多いので、気軽にお母さんと一緒に受診してほしいと思います。

初経が早い⇒閉経も早い?
近年、初経年齢は早くなっていきますが、だからといって閉経の年齢が早くなるということではありません。やはり個人差があります。平均的な日本人の閉経年齢でいうと、50歳〜51歳ですが、早い方では45歳くらい、遅い方で55歳というのは昔から変わりません。

昔と今で違いがありますか?
月経の回数で比べると、現代の女性の方が多いです。理由ははっきりしていません。昔は子どもが多かったため(妊娠・出産・授乳の期間は月経が止まるため)、例えば、明治時代の女性と比べると400回くらい多いといえます。

月経が多いということは、それだけトラブルも多いということ、月経に関する悩みを抱えている女性は、増えているといえます。



医療法人 松田ウイメンズクリニック

【診療時間】 平日 10:00~13:00 / 15:00~18:00
(完全予約制) 木曜 10:00~13:00 / 午後休診
土曜 10:00~13:00 / 午後休診
【休診日】 日曜・祝日

※「初診予約受付日」は、お電話かHPでご確認ください。



青葉レディースクリニック

【診療時間】 平日 09:30~12:00 / 15:30~18:00
(予約制) 土曜 09:30~12:00 / 15:30~18:00
【休診日】 日曜・祝日

※初診の受付は17時まで

〒813-0036 福岡市東区若宮5-18-21 TEL:092-663-8103

青葉レディースクリニック 検索



大原ちか眼科

加齢が影響されるとされる加齢黄斑変性症



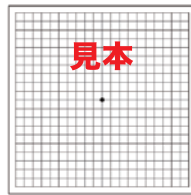
大原ちか眼科
院長 大原 千佳 (おおはら ちか)

日本専門医機構 眼科専門医。
東京女子医科大学卒業。
平成11年4月 東京大学眼科学教室
入局。東京大学付属病院分院勤務、三
井記念病院勤務、日本医科大学付属
病院勤務後、平成24年4月まで吉祥寺
南町眼科院長を務める。
平成24年9月大原ちか眼科開院
平成24-28年林眼科病院・非常勤勤
務。

加齢黄斑変性症(かおい
おうはんへんせいしょう)は、
モノを見るためにもも重
要な部分(黄斑)が傷む(変
性する)病気です。活性酸
素による目の老化や、喫
煙・紫外線・ストレス・偏った
食事などが原因といわれて
います。
症状としては、モノが歪
んでみえる、中心が暗く見
える・欠けて見える、ぼやけ
るなどです。片目が病気に
なっても、健康な一方の目
でおぎなってしまうため、気づ
きにくい事があります。
自己チェックツールとし
て、アムスラーチャートと言
われるものがあります。こ
の表を片目ずつ、表の中央
の黒い点を見つめて、ゆがみ

や欠けているところがない
かをチェックします。少しで
も歪んで見える、おかしいな
という場合はすぐに眼科を
受診してください。
予防のためにはビタミン
Aの1種であるルテイン(II
カロテノイド)を積極的に
摂取することをお勧めして
います。ルテインは、ほうれ
ん草やブロッコリーなどの緑
黄色野菜に多く含まれてい
ます。
治療については、もしも
黄斑に水が溜まっていたり
出血しているようであれば、
それを抑えるために目
の中に注射をします。少し
痛みを伴いますが、高額な医
療にはなりませんが、一度の治
療で治すことができます。

右のようなチャートを使って
チェックします。
目から30cmほど離して片目
ずつ中央の黒い点を見つ
めます。歪みや欠けている
部分があれば、すぐに眼科
を受診してください。



<アムスラーチャート>

ただ再発する場合もあるの
で、経過観察が必要です。
加齢黄斑変性症は、放置
すると進行して視力の回復
が困難になります。欧米で
は中途失明原因の第一位を
占め、日本でも高齢化に伴
い増加している疾患です。
そのため何よりも早期の治
療開始が大切です。



クリニックのホームページは
こちらから↑



大原ちか眼科

【診療時間】 月・火・木曜 09:30～13:00 / 14:30～18:30
(完全予約制) 金曜・土曜(第1、第3) 09:30～13:00 / 14:30～17:00
土曜(第1、第3以外) 09:30～13:00 / (午後休診)
【休診日】 水曜・日曜・祝日(花粉症シーズンの1月～3月のみ水曜午前診療)

※受付時間 初診は終了時間の1時間前。再診は30分前まで

大原ちか眼科

検索

〒810-0041 福岡市中央区大名2-12-9 赤坂ソフィアビル2階
予約専用:0120-531-533 お問い合わせ:092-722-0303



医療法人社団 医王会
朝倉健生病院
医局長 浦田 淳吾 (うらた じゅんご)

日本内科学会認定内科医
日本内科学会総合内科専門医
日本循環器学会循環器専門医

循環器内科とは? 当院での治療と併せてご紹介

ご存知の方も多いと思い
ますが、癌に次いで日本人
の死因に多いのが心不全で
す。心不全の原因疾患には
虚血性心疾患(狭心症や急
性心筋梗塞)、弁膜症、不
整脈などがあります。虚血
性心疾患は動脈硬化が関
係し、その背景には、高血
圧症や脂質異常症などの
生活習慣病が潜んでいます。
また、循環器疾患では糖
尿病や腎臓病を合併して
いることも多く、これらの
疾患を併せて診療するの
が、循環器内科の役割にな
ります。
当院ではこれらの疾患を
治療するにあたり、患者さ
まに治療の選択肢を十分に
説明し、要望に沿った治療

に努めております。必要が
あれば糖尿病専門医や腎
臓専門医と連携をとりな
がら診療を進めます。
もう少し具体的な治療
の内容をお話します。
当院は血管造影室を整
備しており、近年進んでい
るカテーテルを用いた検査
や治療も行なっておりま
す。従来通り生活指導や投
薬治療を行うこともあり
ますが、症状が重い場合で
これまでは開胸手術を必
要とされてきたものに対
し、患者さまの負担を抑え
た(低侵襲)カテーテル治療
を選択できることが当院の
特徴のひとつとなります。
そのほか、ペースメーカー
植え込みなどの手術も行

なっております。
では、実際にどんな症状
があるときに受診すればい
いのでしょうか?ひとは胸
痛です。胸が圧迫された感
覚や鋭い痛みを感じる方は
特に早めに受診することを
ご検討ください。
息切れや動悸を感じる
方は、横になると落ち着く
こともありませんが、症状を
自分で判断するのは難しい
と言えます。さらに健康診
断で血圧に異常が出た方も
日々の生活や食事の傾向が
影響しており、生活習慣病
へとながっていく可能性も
あります。そのような場合
も早めに受診いただき、早
期発見に努めることをおす
めします。



病院のホームページはこちらから↑



医療法人社団 医王会 朝倉健生病院

【診療時間】 平日 08:45～17:00 (昼休みなし)
土曜 08:45～12:30
【休診日】 日曜・祝日

※救急時間外、休日は随時受け付けております。

〒838-0068 福岡県朝倉市甘木151番地4 TEL:0946-22-5511

朝倉健生病院

検索



幸せホルモン「オキシトシン」と五感

メニコン

オキシトシンは幸せホルモンの一つと言われ、愛着形成の促進、自己肯定感の上昇などが知られています。ただし負の面として、妬みの感情や、部外者への差別などが現れる場合もありますので、うまくコントロールすることが大切です。

五感への刺激がオキシトシンの分泌を高めるという報告があります。手のひらで柔らかさや心地よさを感じるとオキシトシンの分泌が高まるようです。また自身のキメの整った髪を撫でると、ポジティブになれるという結果も出ています。

自然音を聴くことで、オキシトシンが増加したという報告もあります。音楽を聴く・演奏する・歌うことでも心地よさを高めるようです。また、美しい景色を見る・見つめ合うなどの視覚的な刺激によつて、心地よと感じる場合は、オキシトシンが分泌されているといえます。

また味覚においても、甘



【情報提供元】
株式会社メニコン
〒460-0006
名古屋市中区葵3丁目21番19号

メニコン 検索

さを感じるオキシトシンが出やすいようです。朝食の中では、フルーツグラノーラを食べるとオキシトシンが分泌されること報告されています。香ばしい香りと適度な甘さによるものと考えられています。さらに、朝食を摂ることで就寝中に分泌されたオキシトシンが維持されやすいこともわかってきました。朝食は単に栄養素の補給だけでは無いと言えそうです。

オキシトシンは、食欲を抑える作用もありますので、食べ過ぎを防ぐという利点もあります。五感をうまく刺激することで、オキシトシンの分泌を促し、幸せな時を過ごしましょう。



匂いのお話

メニコン

①若い女性に特徴的な香り「ラクトン」

淡路島にある「のじま動物園」にいるラルクンというアルバカをご存じでしょうか。若い女性にだけチユをする事で有名になりました。容姿ではなく、若い女性に特徴的な香りであるラクトンに反応していると言われています。

ラクトンは、ピーチの様な香りと「コナツツ」の様な甘い香りです。年齢が上がると皮膚からの蒸散量が減少します。このラクトンと腸内環境が関係していることが判つてきました。大腸内のビフィズス菌が多いほど、ラクトンの蒸散量が多いというものです。メカニズムはまだ不明ですが、腸内の善玉菌を多くすれば、体臭が改善することが期待できます。食物繊維やラクトフェリンが有効です。

また、カシスを摂ると、ラクトンが増えるとの報告があります。カシスに含まれるアントシアニンの作用と考えられています。

②加齢臭を低減する「カシス」

男女ともに、40代を過ぎると加齢臭が発生することがわかっています。また、女性は更年期を迎えると、加齢臭が強くなることがあります。その原因の一つは、女性ホルモンの減少にあります。女性ホルモンには、皮脂の分泌や酸化を抑える作用があります。

加齢臭の原因物質は、2-ノネナールで、脂肪酸が酸化されることで発生します。対策としては、洗剤、香料でのマスクングなどがありますが、抗酸化物質で体の中から抑えることも有効です。意識して抗酸化作用を持つビタミンA・C・Eなどを摂ると良いでしょう。またカシスが有効との報告もありますが、カシスのアントシアニンの抗酸化作用と考えられています。



【情報提供元】
株式会社メニコン
〒460-0006
名古屋市中区葵3丁目21番19号

メニコン 検索

参考文献：J Diet Suppl. 2022;19(5):603-620



ザクロでむくみ解消!?

ザクロ屋

ザクロにはミネラルが豊富に含まれています。その中でも特にカリウムは、体内の余分なナトリウム(塩分)を排出する働きがあるため、むくみの解消につながります。また塩分を排出して血圧の上昇を防ぐため、高血圧の予防にもなります。

ザクロに含まれる主な栄養素は、ミネラル類ではカリウムの他、亜鉛などを豊富に含みますが、ビタミン類では、ビタミンB1、ビタミンB2、ナイアシン、葉酸、ビタミンCなどを含んでいます。これらは悪玉コレステロールと呼ばれるLDLコレステロールを減少させる働きがあるため、動脈硬化の予防にも繋がります。カリウムのナトリウム排出機能との相乗効果で、血管関係のトラブル改善も期待できそうです。

真っ赤なザクロの果実の色素は、ポリフェノールのアントシアニンやエラグ酸などによるものですが、その他のポリフェノールとし



【情報提供元】
タナカコーポレーション株式会社
〒816-0845
春日市白水ケ丘4丁目98-5
TEL:0120-14-3968

てタンニンや、オレイン酸、リノール酸などの脂肪酸、そしてクエン酸などが挙げられます。これらは、強い抗酸化・抗炎症作用を持つため、体内の各所で発生した炎症を抑えてくれるほか、活性酸素による老化や細胞のガン化、骨粗鬆症の進行抑制が期待できます。

さまざまな健康効果があると言われるザクロですが、ギリシア神話にも登場するくらい古来からヒトとの深い関わりをもってきました。アダムとイブがエデンの園で食べた禁断の果実は、実はザクロだったという説もあるようです。

ザクロは日本では中々手に入りにくい果物ですが、ザクロジュースで手軽に摂取することが出来ますので、ぜひ毎日の習慣に取り入れてみてください。

ザクロのしずく 検索



ココロ
会+議
心地よく
生き抜くために

心地よい生き方、していますか?

月花



今年の福岡は世界水泳が開催されたこともあり、いつも以上にアツい夏。連日熱い戦いを繰り広げる選手の姿をみてはとつともない努力をした結果なんだろうなあと感動しながら観戦しました。目標に向かってひたむきな姿は本当に素敵で、力をもらえます。努力も才能のひとつですね。

さて、努力の方法は皆同じではありません。もちろんやる気スイッチの入れ方も。なので、「あの人はできているのにな」と思ってしまう落ち込むのは意味のないこと。これは成功した人の真似をしてもうまくいくとは限らないことと同じ理由です。今回は12星座を3つに分けて説明していきます。

牡羊座・蟹座・天秤座・山羊座
【出したい結果に向かうスピードが速め】

牡牛座・獅子座・蠍座・水瓶座
【もくもくとやる。結果は時間がかかってもいい】

双子座・乙女座・射手座・魚座
【結果を出す途中で横道にそれがち】

これらはあくまでも大まかに分類した結果。例えば乙女座は、横道にそれがちだけれど、こつこつと形にしていけます。同じグループでも射手座だとどんどんゴールが変わっていく場合も。山羊座はスピードの速さでこつこつさがありますが、牡羊座だとスタートは速いけれど、結果がでないと飽きてしまいます。あの人がみたいに動けたらなるとつい比較しては落ち込んだりうらやましくなったり。そんな時こそ自分はこのタイプなのかを知っておくこと。自分のもっているものでしか勝負できないのですから。現在の星の動きからみると11月頭ごろまで「とことん自己理解を深めていく期間」です。自身が何をすることを望んでいるのか、見ないふりをしてきたことも含めて、しっかりと向き合ってくださいませ。



【情報提供元】
月花 細川知子
Instagram
「tsukihana128」で検索!

フェムテックとは
Female (女性) Technology (テクノロジー)
を掛け合わせた新しい造語。
女性がそれぞれの年代で向き合う
健康的な課題を
テクノロジーを利用して解決する
製品やサービスのことを指します。



PROJECT

子どもが初経～思春期を過ごす10代のころ、その親世代は**プレ更年期・更年期**に入ります。どちらも、身体の変化、日々変わる体調の変化に振り回される時期。この時期もまたその先も、健康的で快適に日々を過ごすために「フェムテック」や「フェムケア（女性の身体をケアすること）」のことを正しく知り、活用する親子向けイベントとして、ラシゴ-ニュー主催「こうのとりのフォーラム」の姉妹イベントとして「フェムテックフォーラム」を企画いたしました。

14:30 ~ 15:15
ステージイベント
思春期の生理トラブルとお母さん世代の更年期
野崎ウイメンズクリニック院長 野崎雅裕医師

12:40 ~ 13:10
更年期のリアルを話そう！
トークセッション
ももち浜ストアコメンター 中山淳子さん
ラ・シゴ-ニュー編集長 永山佳代

10:45 ~ 12:15
生理と性の親子ワークショップ ※要予約・親子20組限定
1/f desk 中尾久美子さん



展示・出展ブース
フェムテック・フェムケア関連企業によるブース出展
商品を実際に手に触れて確認できる企業ブース。思いの詰まったアイテムやサービスをゆっくりご覧ください。

Femtech Japan 展示ブース
全国でフェムテック・フェムケアの展示会を開催している「Femtech Japan」による展示ブース。



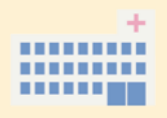
主催：株式会社 to plan info@toplan.jp
共催：株式会社ラシゴ-ニュー
協力：Domani、Femtech Japan
後援：RKB 毎日放送、九州朝日放送、西日本新聞社

事前申し込みでお土産GET!

Peatix イベントID #3654671



クリニック / カラダ会議 企業ガイド



蔵本ウイメンズクリニック
[不妊治療専門クリニック]
福岡市博多区博多駅東1-1-19
☎092-482-5558

青葉レディースクリニック
[産婦人科クリニック]
福岡市東区若宮5-18-21 (博多バイパス松崎4丁目信号かど)
☎092-663-8103

アイブイエフ詠田クリニック
[不妊治療専門クリニック]
福岡市中央区天神1-12-1日之出福岡ビル6F
☎092-735-6655

SN脳神経外科クリニック
[脳神経外科クリニック]
福岡市中央区天神1丁目12-1 日之出福岡ビル7F
☎092-707-0670

古賀文敏ウイメンズクリニック
[不妊治療・出生前診断専門クリニック]
福岡市中央区天神2-3-24天神ルーチェ5F
☎092-738-7711

あべなおこ歯科クリニック
[歯科クリニック]
福岡市東区唐原1-2-1ランドスケープ2F
☎092-674-4182

井上善レディースクリニック
[不妊治療専門クリニック]
福岡市中央区天神1-2-12 メットライフ天神ビル 6F
☎092-406-5302

朝倉健生病院
[総合病院]
福岡県朝倉市甘木151番地4
☎0946-22-5511

横山裕クリニック+泌尿器科
[男性不妊・泌尿器科クリニック]
福岡市博多区博多駅中央街1-1 新幹線博多ビル5F
☎092-292-5500

あやベクリニック
[美容皮膚科・美容外科]
福岡市博多区博多駅東2-5-37博多ニッコービル8F
☎0120-072-557

松田ウイメンズクリニック
[不妊治療専門クリニック]
鹿児島市山之口町1-10 鹿児島中央ビル3F
☎099-224-4124

大原ちか眼科
[眼科一般、眼鏡・コンタクトレンズの処方]
福岡市中央区大名2-12-9赤坂ソフィアビル2F
☎092-722-0303

株式会社大賀薬局
[ドラッグストア・調剤薬局]
大賀薬局 検索

株式会社メニコン
[カラダ会議・情報提供]
メニコン サプリメント 検索

Body Consulting Station KIZUKI
[カラダ会議・情報提供]
KIZUKI 検索

タナカコーポレーション株式会社
[カラダ会議・情報提供] ザクロ屋
ザクロのしずく 検索

株式会社ラシゴ-ニュー
[カラダ会議・情報提供]
ラシゴ-ニュー 検索

アイゼンライン株式会社
[カラダ会議・情報提供]
アイゼンライン 検索

相談無料

福岡市不妊・不育専門相談センター

福岡市では「不妊・不育に関すること、
検査・治療に関すること」の相談に応じます

予約制

●専門相談（開所時間帯）

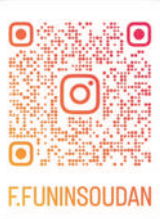
不妊カウンセラー

●医師専門相談（不定期 ※市政だよりでのご案内）

福岡市内 不妊専門担当医



Instagram
はじめました！
こちらから
ダウンロード
してください▼



F.FUNINSOUDAN

☆医師専門相談のご案内

開催日時：2023年10月20日（金）15時～

蔵本ウイメンズクリニック

院長 蔵本武志先生

詳細は市政だより10月1日号または、
Instagramをご覧ください。

◎お申込みはお電話（080-3986-8872）
にてお願いします。

■ご予約・ご相談・お問い合わせ先はこちら

福岡市不妊・不育専門相談センター

福岡市中央区天神1-8-1 福岡市役所（地下1階） TEL.080-3986-8872

〈月・火・木〉10：00～17：00 〈水・金〉12：00～19：00
〈土（第2・4）〉12：00～17：00

**☆不妊・不育
ピアサポート開催**

第1回
2023年10月14日（土）

これから不妊治療を考
えている方、現在治療
中の方などでちょっと
した治療での悩みを
話す「おしゃべり会」

詳細は市政だよりま
たは、Instagram
をご覧ください。
◎お申込みはお電話
（080-3986-8872）
にてお願いします。

第2回
2023年12月9日（土）

グリーンケア：流産・死
産・新生児死亡等で大
切な児とのお別れを経
験された方同志でその
思いを語る会

第3回
2024年2月10日（土）

不妊治療の辞め時を考
えている方：治療後の
様々な問題、その後の
人生の選択など、同じ
悩みを持つ方の会

イベント情報



アイブイエフ詠田クリニック

妊活について
東尾 理子さんと

お茶会

元プロゴルファーで妊活経験者の東尾理子さんとリアルお茶会
を開催します。ぜひご参加ください！

開催日時 10月23日（月）16:30～18:30

会場：福岡パレエセンター

福岡市中央区大名2-9-1 ヒューベスト天神 3F

定員：30名（先着順）

主催：アイブイエフ詠田クリニック

詳細・参加申込方法などは、
アイブイエフ詠田クリニック
ホームページまたは
Instagramで



ホームページは
こちらから▶



Instagramは
こちらから▶



La cigogne

秋のスペシャルプレゼント



**A オムテック メンズウェルネスプロテイン
MEN'S WELLNESS PROTEIN**

抽選
3
名様

[妊活プロテイン] チョコレート味
◎男性のカラダづくりに着目し、えんどう豆由来の
「ビープロテイン」を100%使用
◎男性コンディションに着目した17種類の成分配合
◎「NMN」配合で年齢に負けないカラダづくりを
サポート



内容量：750g（約30食分）
参考価格：5,994円（税込）
提供：アンファー株式会社

絶対見てほしい！
ブランド開発
ストーリーはこちら▶



ブランドサイト Instagram



**B アマゾン ギフトカード
1,000円分**

抽選
5
名様



Amazon.co.jpで使える商品券
です。数億種の商品・サービス
に利用できます。



プレゼントの応募方法・送り先

右の専用QRからご応募いただくか官
製ハガキまたはFAX、E-mailに、良か
ったページのタイトルを5つ、お名前、
ご住所、年齢、本誌へのご意見、ご感
想、ご希望のプレゼント記号をご記入
の上、お送りください。
郵送の方は、
〒812-0011 福岡市博多区博多駅前
2-5-8 ベルコムズ博多7F
ラシゴニュー事務局まで
FAXの方は 092-473-5080まで
E-mail: support@la-cigogne.net

ご応募はこちらから▶



※ご応募いただきました個人情報（プレゼント品の発送および、
「La-cigogne（ラ・シゴニュー）」の送付を希望された場合の発送、メルマガに
登録希望された場合のメルマガ配信にのみ利用させていただきます。また、
ご本人の同意がある場合を除き、個人情報をご第三者に提供することはありません。
※ご投稿いただいたご意見・感想につきましては、ペンネームまたは
イニシャル、年齢（年代）、お住まいの都道府県と共に、誌面に掲載させて
いただく場合がございます。

**こちら
アフリカ・
モザンビーク！
【第37回】**



榎本 恵 Megumi Enomoto

一般社団法人モザンビークのいのちをつなぐ会代表理事。
福岡県北九州市出身。大学卒業後、
京都、東京の広告代理店でプラン
ナーとして勤務。その後、Planning
MAYを開業し、ベンチャー企業支
援を行う。2012年、日系企業の新
規事業開拓のためモザンビークで
半年間業務を行い、2013年「モザ
ンビークのいのちをつなぐ会」を設
立。モザンビーク・ペンバに在住。

日本ではほとんど報道されませんが、モザンビーク北部で発生しているイスラム過激派の攻撃で、これまで五千人が亡くなり、避難民は100万人、150万人が食糧難に陥っています。
現地唯一の草の根NGOである私たち、モザンビークのいのちをつなぐ会では避難民からの相談を受けて、スラムの事務所近くに平和の家を建築し、避難民に安全で衛生的な暮らしを提供しています。
この平和の家には手掘りで45メートルの深井戸を掘削。深井戸の水は危機的かつ慢性的な水不足に悩むスラムの人たちも自由に利用できるように、外壁に設置した蛇口から水を汲めるようにしています。
しかし地下の給水ポンプか

ら直接、水を汲み上げてい
るためポンプに負荷がかかり
給水が不安定に。そのため
高さ4メートルのタワー型
給水塔を整備しました。上
部には3トンの水タンクが
載るため、頑丈になるよう
鉄筋と石とセメントでがっち
りと建築。建材の少ない現
地にあるものを活用し、知
恵を絞って作業を行う職人
さんの仕事には、いつも感心
させられます。
給水塔が完成すると、平
和の家に住んでいる避難民
も近所の人たちも大喜びで
ダンス！生きるために何よ
り重要な水。これからも支
援の光の当たらない人た
ちの命を守
りつけて
いくぞ！
と気合を
入れ直し
ました。



寺子屋マンズリーメンバーを
大募集中です。



This article is authorized
by株式会社ヤヒロ, Yahiro Mozambique
https://www.yahiro-d8.co.jp/
https://www.yahiro-africa.com

平和の家のタワー型
給水塔で、水を安定供給。

教えて、先生！

成果の確率を高める！ 超一流起業家育成塾



たかやなぎ かずひろ
高柳 和浩先生

笑顔商店株式会社 代表取締役
中小企業診断士、心理カウンセラー、開運暦上級鑑定士、九星氣学鑑定士、ガイアコード認定ナビゲーター。「マーケティング」、「脳科学」、「運命学」など西洋と東洋の叡智を取り入れた運を味方にする経営コンサルティングを実践、わかりやすさに定評があり、多くの成果を得ている。

中小企業診断士で、経営コンサルタントとしても多くの女性の起業に携わってこられた高柳先生にお話をうかがうコーナーです。

今回のテーマは、**あなたもスターになれる!?**
スターと、そうでない人の周りではどちらに人は集まるでしょうか？当然スターでしょう。しかし実は人は誰でもスターになります。なので起業家を目指す貴方もその素質を活かすのと活かさないのでは、大きく違います。あなたにとってのスターって誰ですか？もしかすると芸能人かもしれませんし、スポーツ選手かもしれません。或いはお父さんやお母さん、親せきや知り合いの中の誰かかもしれません。貴方の中のスターが言う言葉とそうでない人が言う言葉では全然説得力が違うと思いませんか？スターは人を魅了します。桜もそうですね。花見シーズンには多くの見物客が集まって、魅了しています。

それでは、いったいスターとそうでない人の違いはなんでしょか？勿論、環境の違いなどもあるかもしれませんが、しかし一番は自然体の生き方をしているかどうかです。つまり、自分が持つて生まれた自然のエネルギーを活かしているかということです。例えば、大谷翔平選手の場合、天という自然の気質を持っており、その特性にはリーダーシップやスポーツ万能などがあります。WBCでの目覚ましい活躍を見ていると、十分に気質の特性を活かしているのではないかと思います。同じく天には羽生結弦選手やスピードスケートの高木美保選手もいます。また昨年の紅白のトリを務めたMISIAは風の気質を持っています。風には声を通りやすい等の特性があります。同じく風には、浜崎あゆみや綾香もいます。このように、自分が持つて生まれた自然のエネルギーの特性を生かすことができれば、スターになれるのです。

▼高柳先生のお話は
YouTubeラ・シゴニューTVチャンネル
でも聴くことができます。

第11回

超一流起業家育成塾とは



第12回

超一流起業家育成塾の役割



J:COMチャンネル福岡 11ch

J:COMテレビ番組ガイド 検索

ラ・シゴニューTVの放映時間は変わることがあります。詳しくは番組ガイドをご確認ください。

セミナーのお申し込み
はこちらから▼



さてあなたはどんな自然エネルギーをもっていますか？詳しく知りたい方はセミナーでお会いしましょう。

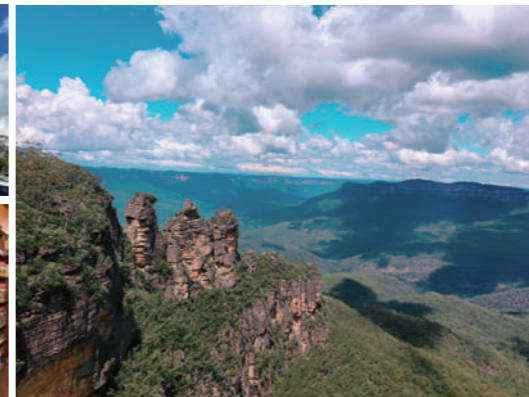


ワクワク世界旅行④

オーストラリア 編

今回の旅先はオーストラリアのシドニー。私にとって“初めて”をたくさん経験させてもらった思い出の場所です。初めてのシェアハウス、初めての語学学校、初めての海外アルバイト（仕事を見つけるまでに履歴書を100枚近く配り歩きました笑）。オーストラリアには様々な人種が住んでいる為、片言の英語でも理解してくれる人が多く、初めての海外暮らしでも過ごしやすい国だと思います。そして何より魅力的なのが、自然が身近にあることです。シドニーには綺麗なビーチが沢山あり、どこに行っても無料のバーベキュースペースがあります。食材を持って行けば、いつでも気軽にバーベキューが楽しめるんです。そして、山より海派だったはずの私が、また行きた

い!と思った場所が、世界遺産ブルーマウンテンズ。シドニー中心部から車や電車で日帰りの旅が可能です。私は電車でのんびりと。車窓からの景色を楽しみながら2時間ほどで目的地に到着です。目の前に広がるのは、息を呑むほど美しい鮮やかな緑と青く輝く山並み。そして、3つの大きな奇岩スリーシスターズが出迎えてくれます。国立公園内にはハイキングコースがいくつかあり、ユーカリの森や滝、絶壁などダイナミックな自然を自分のペースに合わせて満喫することが可能です。そして帰りは、隣駅にあるルーラの街散策がおすすめ。ローカルの可愛い雑貨やスイーツショップを楽しむことができますよ!



オーストラリア:日本との時差は1時間(サマータイム時は2時間)
シンボルであるオペラハウスやカンガルーも見逃せません!



〔文・イラスト MAKI ARAO〕



荒尾 菜紀(あらお まき)。宮崎のテレビ局で10年半アナウンサーとして勤務した後、オーストラリアに単身留学。国内外問わず旅が大好き!福岡ではフリーアナウンサーとしてラシゴニューTVリポーターなどを経験。現在はタイで移住生活を送っている。

