

ずっと快適、もっとしあわせ

軟水生活

Vol.43

この夏どこに
遊ビニプ？



NAN-SUI-INTERVIEW
米本マタニティクリニック
(愛媛県)

NAN-SUI-SPECIAL
アドバイス！新生児の沐浴と
乳幼児のあせも対策

軟水生活のひろば

掲載しきれなかったおたよりは公式ホームページ、
公式SNS、その他の販促物でもご紹介していく予定です。
ぜひチェックしてください！（見出しは編集室で作成しています）

● 泡立ちがいいので…

お気に入りのハンドソープを雑貨屋さんで買っています。軟水を使っているため、
毎回少しの量で泡立ち、長期間使えるのがありがたいです。普通の水を使っていた
ときは安いハンドソープでしたが、軟水のおかげで少し値段が高いハンドソープ
を使っています(笑)。

千葉県 ひかるんさん

● 軟水風呂と待っています

県外に住んでいる息子はお風呂好き。「軟水のお風呂に入るために帰ってくる」
と一言ポツリ…。帰省すると2時間は入浴しています。「あのつるつる
感が何とも言えない」と話していた入浴剤を用意しておくから、いつでも
帰ってきてね。

愛知県 ぼんさん

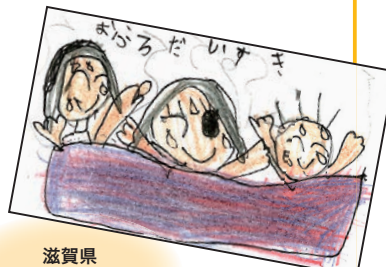
軟水浴 手足伸ばして ゆるゆると 長野県 S・Kさん	5年目の 軟水生活 カビ知らず 愛知県 M・Jさん	若返り つけてびつくり 軟水器 滋賀県 H・Mさん
-------------------------------------	------------------------------------	------------------------------------



福岡県
クロコノバスケさん



広島県
えび天のしっぽさん



滋賀県
ちーちゃんさん



兵庫県
Y.Mさん



兵庫県
てっちゃんパパさん



滋賀県
K.Mさん

『軟水生活』では、本誌やお使いの商品へのご意見、ご感想、ご質問、イラストやペットの写真などを
募集しています。P5に付属のはがきをご利用いただくか、下記のFAX、メールにお寄せください。
FAX：089-960-4319 メール：nansui_life@miuraz.co.jp

夏季限定 COOL潤肌美人のご感想募集中!

お使いいただいた方からのご感想を大募集中です。
付属のハガキでぜひお声をお寄せください!



香り:スカッシュミント
湯色:ブルー(透明)
つるつる度:3(強)

COOL潤肌美人は、爽快成分(メントール)
配合で湯上がりスッキリ。
暑い季節、バスタイムのお供にいかがでしょ
うか?

※夏季限定(5~10月)

サンキュー ヒフヨウゴ
0120-39-1245

【受付時間】平日9:00~12:00 13:00~17:00
時間外は留守番電話にて承っております。

三浦工業株式会社

〒799-2696 愛媛県松山市堀江町7番地

<https://www.miuraz.co.jp/>



公式ホームページ
<https://www.nansui.jp>

公式 Facebook ページ
<https://www.facebook.com/nansuiseikatsu/>

公式 Instagram
@miura_nansui.seikatsu_official

愛媛県松山市の北西部、瀬戸内海に注ぎ込む久万川沿いに立つ産科・婦人科 米本マタニティクリニック。順天堂大学産婦人科で准教授を務めた米本寿志院長が2008年7月に開院しました。今回は理事で助産師、鍼灸師でもある米本要子さんに、軟水を使って実感していることなどをお聞きしました。



【お話をうかがったのは】

産科・婦人科
米本マタニティクリニック
米本 要子 さん

患者さまのことを一番に考え、 より良いものを積極的に取り入れています。 だから軟水を導入しました

“患者さまファースト” すべては患者さまのために

——貴クリニックが力を入れていることは

当院は妊娠中、出産、産後など、それぞれに適切な治療・サポートを心がけています。特に力を入れているのは順天堂大学産科超音波診断方式を基本としたベビードックと東洋医学の導入です。

ベビードックでは、おなかの中の赤ちゃんに異常が無いことを可能な限り確認します。仮に異常が見つかった場合はお母さま、ご家族に正確な情報をお伝えして、出生後の治療や定期検査に役立てています。

東洋医学は漢方薬や鍼灸を活用。逆子に対して行う鍼灸治療は良好な成績を収めています。また、安産や体質改善を目的としたマタニティ鍼灸や美

容鍼灸も実施しています。

当院は、順天堂大学の学是である「仁(他を思いやりいつくしむ心)」を胸に刻み、患者さまに寄り添った確かな医療と看護の提供に努めています。ベビードックや東洋医学もこの考えに基づいて取り入れています。この施設づくりも同様です。マタニティブルーという言葉があるように産前産後の患者さまは気持ちが浮き沈みしやすいのですが、少しでも気分がスッキリするように開放的な吹き抜けを設けました。

この吹き抜けによる冷気対策は床暖房で対応しています。患者さまが快適な環境でお産できるよう何が必要か、助けになるかを常に考え、アンテナを張っています。軟水はそんなアンテナにひっかりました。



1 座りながら広範囲にお湯を浴びられるシャワー機器を設置。入浴できない産後すぐでも体全体を温められる。「軟水風呂」のシール付き 2・3 "野菜ソムリエ"が厳選した食材を使用。専属の"和食の料理人"がバランスよく栄養たっぷりの手作り料理を提供している 4 赤ちゃんの沐浴も軟水! 5 ベビードックでは精密な画像を通して細かい箇所も観察可能 6 2台の軟水器で院内すべての水を軟水に 7 美容鍼を行う米本さん。患者さまのお悩みに合わせて漢方薬や鍼灸を提案している

——軟水との出会い、導入のきっかけは

アトピーで悩んでいた当院のスタッフが軟水を自宅で使ってみたところ、症状がすごく改善した、という話を聞いたんです。それなら^{もくよく}沐浴や産後の患者さまのお肌に良いのではないかと、思ってまずはわが家で試してみました。水の違いはすぐに実感できました。温泉に入った後のように体のポカポカが続きましたし、髪がつやつやになり、肌はトーンアップしました。これなら患者さまにも喜んでもらえると思うと強く感じ、クリニックへの導入を決めました。わが家での継続使用とともに(笑)。軟水の効果はクリニックでもすぐにあらわれました。シャワーの保温力や、髪・肌の仕上がりはやはり患者さまに好評です。料理はうまみがアップ。香りも引き立ちますし、お米もふっくら。お食事が一層おいしくなり、皆さまに喜んでいただいています。さらにオーガニックコットンのベビー肌

着や、タオルの汚れがよく落ち、仕上がりもフワフワに。生地も長持ちしています。食器の汚れ落ちも良くなりましたし、シンクの汚れも付着しにくいですし、スタッフが手荒れしにくくなりました…枚挙にいとまがありませんね(笑)。軟水を導入して本当に良かったです。



ご希望の妊婦さんには無痛分娩もご案内しています。患者さまが安心してお産に臨んでいただけるよう、最善を尽くします。そしてこれからもアンテナを張り続けます。

産科・婦人科
米本マタニティクリニック

愛媛県松山市安城寺町537-1
☎ 089-978-7007
http://www.yonemotomc.com/



アドバイス!

新生児の沐浴と 乳幼児のあせも対策

今回は産科・婦人科 米本マタニティクリニックの助産師でもある米本要子さんに沐浴とあせも対策をアドバイスしてもらいました。

沐浴のアドバイス!

沐浴で用意するものは?

ベビーバス、洗面器、石けん、綿棒、湯温計、ガーゼ、バスタオルなどです。当院では特に湯温計の重要性を皆さまにお伝えしています。給湯器で温度が調整できる場合でも、実際に測ってみると少し高かったり、低かったりすることがあるからです。また、手は意外と鈍感なため、赤ちゃんにとっては熱い湯に気づかないこともあります。夏は39℃前後、冬は40℃前後に湯温を調整しましょう。湯温は、赤ちゃんをお湯に入れる直前に必ず測ってほしいです。石けんは低刺激で肌に優しい、純石けんがおすすめです。



写真提供: 米本マタニティクリニック

沐浴、沐浴後の注意点は?



沐浴は1日1回を基本に。毎日同じ時間に入れましょう。何度も沐浴をすると赤ちゃんはへトへトになってしまいます。ただし、汗をたくさんかいているときは、あせもの原因になるため入れてもOKです。
沐浴で赤ちゃんが不安定で動いてしまうときは、ベビーバスにためる湯を減らして、お尻が浴槽につくようにしましょう。赤ちゃんの不安感が薄れるとともに、洗ってあげるほうも落ち着けます。また、「お風呂気持ちいいね」「キレイになってよかったね」などの声掛けもしてみましょう。赤ちゃんがよりリラックスしやすくなります。沐浴後は10cc程度のミルクなどで水分補給を。これは大人と一緒にですね。入浴で失われた水分を補います。
また、赤ちゃんは体温調節が苦手なので、沐浴後はしっかり体を拭いて着替えさせ、夏場はクーラーをきかせすぎないように、冬は部屋を暖めて体が冷えないようにしましょう。

ちょっと話したい! 軟水のこと

黒豆もやわらかく、おいしく煮えます。

(岩手県 SCさん)

あせも対策のアドバイス!

あせもができないようにするには?

あせも対策にはこまめな汗拭きと着替えが大切。乳幼児は小さな体に大人とほぼ同じ数だけの汗腺があり、汗をびしょりかきやすいです。汗をかいた状態が長く続くとあせもができやすくなります。あせもや湿疹、皮膚の炎症が気になるときはすぐに皮膚科などに診てもらいましょう。

あせもや湿疹の処置にラベンダーウォーターを



あせもや湿疹、オムツかぶれができてしまったときなど、赤ちゃんのスキンケアにはラベンダーウォーターがおすすめです。当院では、軟水500mLにラベンダーウォーター大さじ2杯を入れ、これを染み込ませたコットンをおしりふきに使っています。

ラベンダーウォーターとは…

ラベンダーからアロマセラピーなどに使う精油(エッセンシャルオイル)を抽出する際に得られるフローラルウォーターです。

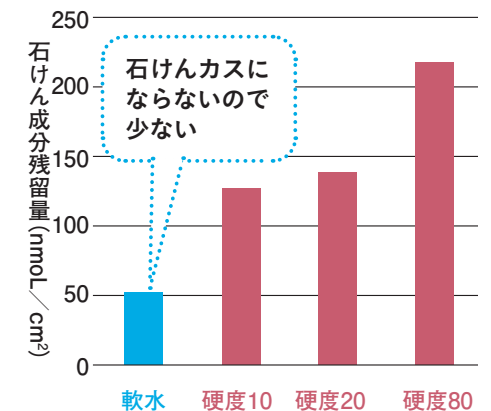
ラベンダーウォーターはパラベンなど防腐剤が入っていないものを!

赤ちゃんの肌にも優しい ミウラの軟水

水道水のように硬度成分がある水で石けんを使うと、石けんカスができてしまいます。この石けんカスが肌に残ると、つっぱりやかゆみ、乾燥肌など肌トラブルの原因に。ミウラの軟水は肌に石けんカスをほとんど残しません。赤ちゃんにも優しい水です。

ミウラの軟水(硬度1mg/L以下)、硬度10、20、80 mg/Lの水を用いて、腕を石けんで5分間洗い、90秒間のすすぎを実施。乾燥後、腕の皮膚に残留した石けん成分を採取し、測定。6名の平均値を示した。

皮膚への石けん成分残留量の比較



ちょっと話したい! 軟水のこと

軟水は、洗顔料、シャンプーが少量で泡立つのでうれしく実感しています。

(香川県 ナナさん)

ナンスイカ 劇場

その18 古いアルバムの中に

ナンスイカのお友達大募集!

不思議なフシギなナンスイカ。みなさまからナンスイカのお友達(イラスト)を大募集中です。はがきにご記入の上、お友達候補は随時『軟水生活』や公式 SNS で紹介します。その中から「ナンスイカ劇場」に登場する場合があります。

ねえ見て見て 赤ちゃんの頃のナンスイカ かわいい~

これがまだ 卵ん中だった頃で...

これがまだ ゆりかごに入れてた頃

ワイドポケットの食事でよだれかけ。めっちゃ助かったよねー

このロンパースもなつかしい! 足全部出すの大変だったのよね

限定カラーの トレーニング マグだ

ガラガラもね

激レアの ベビージム!

ベビーカーも あったねー

でた! お気に入りのハーネス 付きのバックパック

ベビーナンスイカ ではなく赤ちゃん 用品の思い出ですね

ワン! (ちょっとは 犬用品も買って...)

ユラユラ動く モビールに 夢中になってたっけ

ナンスイカ図鑑

No.018
なんスイセン



「なんスイセン」は埼玉県 KY さんの作品をもとにしています。ご応募ありがとうございます! ※ 今後ナンスイカ劇場に登場予定

著作権の取り扱い: お送りいただいた作品にかかる一切の権利は三浦工業に帰属し、作者は作品に関して著作権・著作人格権を行使しないものとします。

ミウラのあんなとこんなこと

今治里山スタジアムで ミウラのレジリエンスシステムが活躍!



FC今治はJリーグに加盟する愛媛県のプロサッカークラブ。今年の1月に完成したFC今治の新スタジアムには、

三浦工業のレジリエンスシステムが導入されています。レジリエンスは「回復力」「弾力性」などを意味します。三浦工業は災害をしなやかに乗り切るシステムを構築。災害時の生活用水の確保に井水/雨水を利用できるようにしたほか、停電時においても、都市ガスから作り出した電気と温水の使用を可能にしました。

ポカポカ 軟水温泉めぐり

昆布川温泉

硬度9.6mg/L
北海道磯谷郡蘭越町昆布町114-5



蘭越町交流促進センター 幽泉閣

ニセコ連峰の南、尻別川の河畔に湧く昆布川温泉。弱アルカリ性で体の芯まで温まり、肌がなめらかなる美人の湯として知られています。日帰り温泉も楽しめ、ニセコのリゾート地からのアクセスがよい。夏はゴルフや冬のスキーとセットで楽しむ湯あみ客が数多く訪れます。

ぬりえ 紹介コーナー (vol.39より)



(徳島県 ひなちゃんさん)



(岡山県 くまさりちゃんさん)



(山口県 Ryuさん)

第8回 ゴールドあい 水泳教室

オリンピック金メダリスト 柴田亜衣さんが 水泳の悩みを 解決!!!



Q 小学生の頃からバタ足が苦手でした。クロールに苦手意識がありました。スイスイ進むバタ足の方法をご教授いただきたいです。

(埼玉県 水泳教室さん)



柴田 亜衣(しばた あい)

福岡県生まれ。鹿屋体育大学卒。アテネ五輪の800m自由形で、日本人女子自由形選手として初となる金メダルを獲得。北京五輪後に引退し、現在は講演会やイベントなどで幅広くスポーツの振興・普及活動に携わっている。

A 私も水泳教室さんと同じで、バタ足が本当に苦手でした。コンビネーションで泳いだときも、キックをたくさん打つと余計に疲れてしまうだけではなく、むしろ遅くなることもあったくらい。もし私のようにバタ足が苦手なら、キックを打たないで泳ぐ、という選択肢もあります。私は右手が入水した時に左足を1回、左手が入水した時に右足を1回打つ程度で、泳ぎのバランスを取るためにしかバタ足を使いませんでした。それでも速く、スムーズに泳げるようになりました。このように腕を中心にテンポよく泳ぐ泳ぎ方もあるので、苦手なものの克服に頭を悩ませるよりも、腕だけで楽にたくさん泳げる泳ぎ方を身につけて、もっと水泳を楽しんでください!

プレゼント 当たるかも 軟水クロスワード

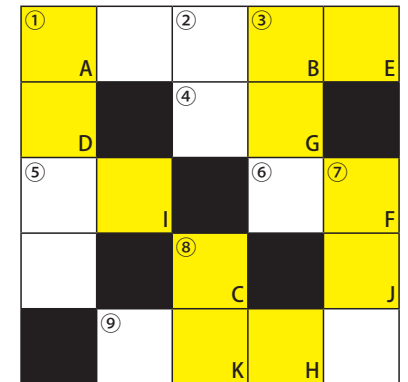
クロスワードパズルを解いて、A~Kに当てはまる文字をアルファベット順に並べると、ある言葉が出てきます。答えをはがきに書いて送ってください。正解者には抽選でプレゼントが当たります。ぜひご応募を!

よこのかぎ

- ① ○○○○○ドッグ、○○○○○フットボール。
- ④ 闇○○、○○の上の存在。
- ⑤ 現在の高知県の旧国名。○○犬。
- ⑥ 「国」の訓読みは?
- ⑨ 鯛をかたどった生地にあんこを入れて焼いた和菓子。

たてのかぎ

- ① 輪っか状にしたひもを指にかけて行う遊び。
- ② ○○、海、空。
- ③ 口数が少ないこと。無口。
- ⑦ 故郷に○○を飾る。
- ⑧ 社会や集団の中の立場。社会的○○。



ヒント 軟水は...



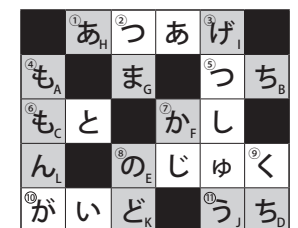
正解者の中から3名様に 「山田屋まんじゅう・こきび・まるぶ詰合せ 化粧箱18個入」 をプレゼント!

締め切りは2023年10月31日(火)消印有効。ご応募には、付属のはがきをご使用ください。当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。



前号Vol.42の答え

も、ち、も、ち、の、か、ま、あ、げ、う、ど、ん



ぬりえ 紹介コーナー (vol.39より)



(愛媛県 M.Kさん)



(愛知県さん MAIさん)



(兵庫県 K.Nさん)