

# TV SCHEDULE

週間テレビ番組表

SS サラウンドステレオ 音声多重放送 ㊦ ニカ国語放送  
㊧ 手話放送 ㊨ 字幕放送 ㊩ データ放送 ㊪ 解説放送

「なりたい自分」を叶えるための  
**ブラッシュアップレッスン**

美姿勢や骨格・カラー診断、メイクアドバイス、相手に伝える話し方や表情まで！ 外見・内面から「自分磨き」しませんか

**7月1日(土)開講 <全6回>**  
 講師/出田 里美 (イメージコンサルタント・NPO法人日本サービスマナー協会認定講師 骨格診断セラピスト)

日時/第①土曜 10:30~12:30 ※税込  
 受講料/1万9800円(全6回)・教材費3960円

詳しくはWEBをチェック

QRコード

**リビングカルチャーセンターはません校** 熊本市南区田井島1-2-1(ゆめタウンはません 本館2階)  
 営業時間/10:00~19:30(日曜~16:30、祝日は通常営業) ☎096-370-1112

5月15日(月)

TKU	テレビ熊本	RKK	熊本放送	KKT	くまもと県民	KAB	熊本朝日	NHK	NHK総合
4.20	55買物情報	10.ゲッくん!再	20.ゲッくん!再	20.テレビショッピング	4.00	20.ゲッくん!再	20.ゲッくん!再	5.00	おはよう日本

5月13日(土)

TKU	テレビ熊本	RKK	熊本放送	KKT	くまもと県民	KAB	熊本朝日	NHK	NHK総合
4.20	買物情報	4.20	50買物情報	5.00	Dear	6.00	おはよう日本	5.00	おはよう日本

5月16日(火)

TKU	テレビ熊本	RKK	熊本放送	KKT	くまもと県民	KAB	熊本朝日	NHK	NHK総合
4.50	55買物情報	10.ゲッくん!再	20.ゲッくん!再	4.00	テレビショッピング	4.20	50買物情報	5.00	おはよう日本

5月14日(日)

TKU	テレビ熊本	RKK	熊本放送	KKT	くまもと県民	KAB	熊本朝日	NHK	NHK総合
4.25	買物情報	4.22	買物情報	4.08	買物情報	4.20	50買物情報	5.00	20.演芸園

# 曜日先生の女性教室

産婦人科のプロが、知っているようで知らない女性のカラダや病気に関するテーマをレクチャーしてくれるTKUの番組。4月の放送分から、気になる情報をレポートします。

**おしゃべりエール**

妊娠・出産のギモンや不安をお寄せください

Teacher: 福田 曜子さん

福田病院産婦人科に勤務するドクター。自らも16歳と14歳の2児の子育てに奮闘中。

好評 毎週火曜 21:54 ~ 22:00にOA中

## 4/4 OA 妊娠初期の出血

妊娠初期の出血は、珍しいことではなく問題のない場合もありますが、中には**重大なトラブルにつながるケース**もありますので、注意が必要です

### 妊娠と関係のある出血

- 【胎盤が形成される過程で起こる出血】**
  - 着床出血…受精卵が子宮内膜に着床するとき起こる
  - 絨毛膜下血腫…子宮内に血液がたまることで起こる
- 【流産へ進行する可能性のある出血】**
  - 切迫流産…少量の出血が断続的にみられる
  - 流産…妊娠22週未満に妊娠が継続できなくなる

### 妊娠と関係なく起こる出血

- 子宮腔部びらん…子宮の入り口の粘膜がホルモンの影響でただれる
- 子宮頸管ポリープ…子宮頸管にできる良性のポリープ
- 内診時の刺激によって起こる出血

出血があった場合は、ごく少量であっても**自己判断せずに通院中の病院へ連絡を!** 病院へ連絡をするときには、**母子手帳を手元に用意する。**

妊娠週数・出血の色や量・いつからなのか・お腹の痛み・その他症状があるか、できるだけ詳しく伝えましょう

血液の色 出血してから体外に出るまでの時間が長いほど、赤から茶色へと変化  
 ⇒鮮血が出ている・月経よりも出血量が多い場合は、**緊急性が高い**

**Point** 出血量が多く長引くようであれば、夜間や時間外であってもすぐに通院中の病院へ連絡をして、医師の指示に従ってください

## 4/18 OA つわりについて

つわりは妊娠初期にあられる妊婦特有の不快症状で、**妊婦さんの半数以上が経験する**といわれています

### 「つわり」について

**つわり** ◎妊娠5週〜6週頃…はじまり  
 ◎妊娠7週〜11週頃…ピークを迎える  
 ◎妊娠15週〜16週頃(胎盤が完成する頃)…落ち着くことが多い

**【症状・程度】** 個人差が大きく、同じ妊婦さんでも妊娠のたびに違う、まったく症状がない場合もある

**【原因】** 特定されておらず、明確な解決法も見つかっていない

**【主な症状】** ◎むかつき ◎吐き気 ◎嘔吐 ◎食欲不振 ◎眠気 ◎体のだるさ ◎頭痛 ◎唾液が多くなる ◎においに敏感になる ◎偏食傾向 ◎むかつき ◎何か食べていないと気持ちが悪い など

⇒「朝目覚めたとき」「空腹時」に症状が重くなることが多い  
 つわりの症状が重くなった場合には、治療が必要になることもある

**妊娠悪阻** つわりの中でも消化器系の症状が重症化して、食事も水分が摂取できなくなる**病気**。妊婦さん全体の約0.5〜2%に起こり、適切な治療を受けないと脳や肝臓に障害を引き起こす**重篤な合併症**を生じることも少なくない

**【主な症状】** ◎極端に繰り返す嘔吐 ◎脱水 ◎急激な体重減少 ◎尿の量が減少する ◎めまい・頭痛 ◎低体温 ◎日常生活に支障をきたすなど

**Point** つわりを重症化させない対策としては、◎なるべく無理をせず、よく寝てゆっくりと過ごす ◎水分を意識してとる ◎食事は小分けにして、食べられるときに少しずつ口にすることなどがあります