

# まめまめ通信

## 10月のお知らせ

### 「10月から医療証が変わります」

10月からマル乳、マル子の医療証が変わります。お忘れになると保険証のみの確認となり、自己負担分をお支払いいただくことになります。お手元に新しい医療証が届いていない方はお住まいの自治体へご確認ください

最新の診療予定は  
ホームページでご確認ください。  
携帯の方はこちらからどうぞ



もりもり(病気外来)担当医師のみ表示しています。  
担当医師の変更が生じる場合がございますので予めご了承ください。

	月	火	水	木	金	土
	10/1	10/2	10/3	10/4	10/5	10/6
AM	木実谷・横山	村井・木実谷	古川・森本 吉田	休診	木実谷・横山	宮田・内田
	10/8	10/9	10/10	10/11	10/12	10/13
AM	体育の日	村井・平野 木実谷	木実谷・森本	休診	木実谷・横山	吉田・多門
	10/15	10/16	10/17	10/18	10/19	10/20
AM	木実谷・横山	村井・平野	古川・森本	休診	木実谷・横山	吉田・内田
	10/22	10/23	10/24	10/25	10/26	10/27
AM	木実谷・横山	村井・竹村	吉田・森本	休診	木実谷・横山	古川・多門
	10/29	10/30	10/31	11/1	11/2	11/3
AM	木実谷・横山	村井・木実谷	吉田・森本 古川	休診	木実谷・横山	文化の日



### 医者の コーナー

## インフルエンザ予防接種 予約開始しました

インフルエンザ予防接種の予約を開始しました。予約枠に限りがありますので、現在お子様のみを対象に予約を受け付けております。  
1回目と2回目の接種間隔は3~7週をお勧めしています。ご予約の際は2回目の予約もお取りください。年齢ごとの予防票を下駄箱上にご用意しております。当院ホームページからもダウンロード可能です。事前にご記入、ご持参いただきますとスムーズにご案内できますのでご利用ください。

## 予防接種を受けられないのはどんな時？

インフルエンザの予防接種の時期に多いご質問に「こんな症状があるけれど今日は注射できますか？」というものがありません。インフルエンザに限らず、予防接種を受けられない症状は主に以下の通りです。

- ①前日/当日に 37.5℃以上の発熱があった/ある。
- ②咳・鼻水で 夜時々起きてしまう。
- ③下痢症状が 普段に比べて多くある。
- ④嘔吐症状がある。

予防接種ができるかどうかは最終的に医師が判断しますが、上記の症状がある時や、それ以外にもお子様の体調に不安がある際は、予約の変更をお勧めします。

## 看護師によるホームケア相談のご案内

お熱がある・下痢をしているけど、どうしたらよいの？など、ご心配なことがありましたら看護師がホームケアの相談をお電話でも承ります。当院かかりつけの方とその家族の方が対象です。お気軽にご相談ください。要領は以下の通りです。

- 1) 診察券をお手元にご用意の上 お電話ください。  
TEL 042-536-7280
- 2) カルテ番号、お名前、年齢をお知らせください。
- 3) ご相談内容を承ります。普段のお子さんとは比べて、ぐったりしている、呼吸が苦しそう、嘔吐下痢の回数が多い等の症状がございましたら その旨をお申し出ください。
- 4) お話の結果、受診が必要な場合やお薬の使い方など直接お伝えしたほうが良い場合はご来院頂くもごいます。診療を含めて当院で対応できない場合には他院を紹介させていただきます。



## ぼけっと 病児保育室 だより

## ぼけっと病児保育室のご案内

少し肌寒くなり、外出に上着が1枚増える季節になりましたね。季節の変わり目で気温の変化に体がついていけず、熱が上がったり、ぜーぜーしたりと体調不良になるお子さんが多くなってきます。先日も、ぜーぜーして登園が出来ず、保育室

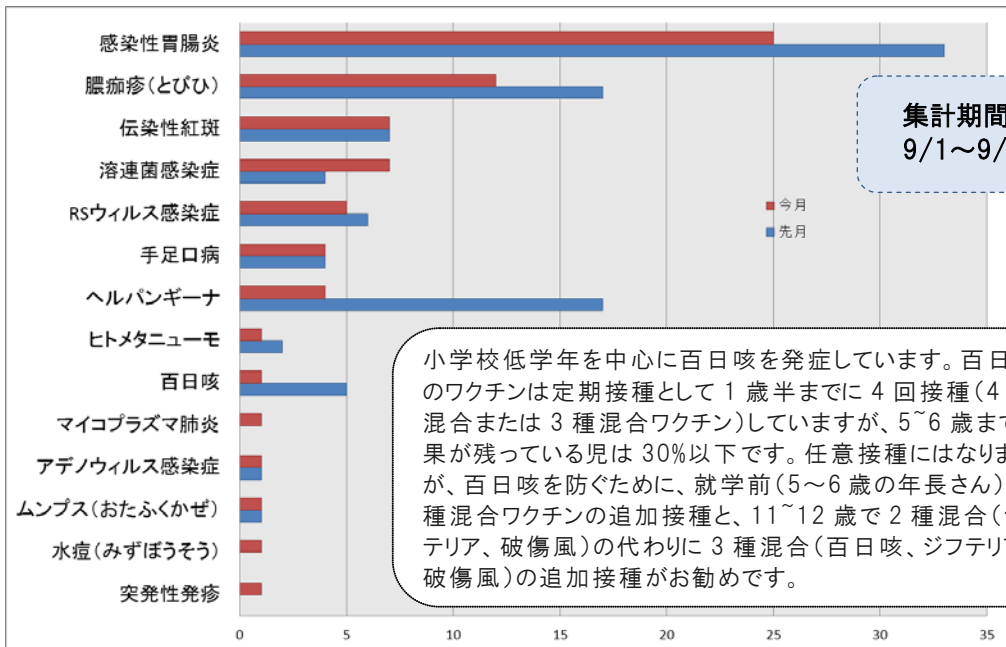
にて吸入・吸引のケアをしながら1日ゆっくり過ごし、症状が改善したお子さんの入室がありました。登園・登校できない等、いざという時の為に病児保育室への登録はお済ですか？利用は事前登録制となっていますので、登録ご希望の方は予め保育室にご連絡ください。詳細はクリニックホームページ、または保育室パンフレットをご覧ください。

## 9月の保育室感染情報

今月は急性上気道炎の他、喘息気管支炎やRSウイルス感染症のお子さんの入室が多くありました。



流行の  
病気  
だより



小学校低学年を中心に百日咳を発症しています。百日咳のワクチンは定期接種として1歳半までに4回接種(4種混合または3種混合ワクチン)していますが、5~6歳まで効果が残っている児は30%以下です。任意接種にはなりますが、百日咳を防ぐために、就学前(5~6歳の年長さん)に3種混合ワクチンの追加接種と、11~12歳で2種混合(ジフテリア、破傷風)の代わりに3種混合(百日咳、ジフテリア、破傷風)の追加接種がお勧めです。



ナースの  
まめ×2辞典

### あかちゃんと離乳食

離乳期の赤ちゃんは初めて色々な食べ物に出会い、その味、色、口当たりを体験し、少しずつ食べるものを増やしていきます。楽しい食事の時間は食べる意欲につながります。せっかく作ったご飯を残さず食べて欲しいと力が入りすぎ

ていませんか？  
最後まで食べさせようと時間をかけすぎていませんか？  
遊び食べを始めたなら頑張りすぎないで切り上げましょう。  
また、決まった時間に食事をする事により、生活リズムを確立することができます。  
家族が食べる姿を見せることで食べ物をかむことを理解していきます。  
週末は家族で楽しい食事の時間が持てるといいですね。



横山 Dr. の  
ひとりごと

### 秋の楽しみ

酷暑も漸く終わりが来て、この時期の我が家の楽しみはさんまです。うちのグリルはさんまのために存在しているようなものです。近年になく今年は豊漁とのことで、早い時期から沢山のさんまが安く出ており喜んでいました。しかし大きな地震があり、北海道全体に渡る様々な被害を反映するかのようになり、あれだけ並んでいたさんまは店頭からすっかり消えました。そしてちょうど1週間、またお店にさんまが並ぶようになりました。せっせと買って楽しんでます。現地も早く例年どおりの秋の生活が取り戻せることを願っています。



サービスの  
コーナー

### 今月のおりがみ 「おばけ・おばけのかぼちゃ」

10月31日はハロウィン！  
今年は何に仮装しますか？  
可愛いおばけやおばけかぼちゃをみんなで作って飾りましょう。



### 今月のおすすめ絵本

「どんぐりの木」  
作・絵 かめおかあきこ 出版社 PHP 研究所  
ある日、どんぐりの実をつけたどんぐりの木。まだ青い実をかじったりリスに「まずい」と言われたどんぐりの木は、自信を失ってしまいます。それからしばらく、どんぐりの実がなくなったどんぐりの木に一匹のリスが素敵なお家を作りました。お客さんのリスはここのどんぐりの実は美味しくないと話しますが…。優しいリスとの出会いでどんぐりの木の気持ちが変わっていく、心温まる絵本です。

### 診療体制のご案内 2018年4月現在。

受付時間	午前 8:30~13:00		午後 14:00~17:00		ぼけつと病児保育室	こども在宅訪問診療
	もりもり	すくすく	もりもり	すくすく		
月	病気外来	心理相談	—	相談外来・定期外来 心理相談	○	○
火	病気外来	継続外来(月2回)	ワクチン	継続外来・定期外来 相談外来	○	○
水	病気外来	乳児健診 心理相談	ワクチン	相談外来・定期外来 心理相談	○	○
木	休診				○	○
金	病気外来	相談外来(月2回)	乳児健診 幼児健診	相談外来・定期外来 心理相談	○	○
土	病気外来	乳児健診(2,4) 心理相談	ワクチン (2,4)	心理相談	—	—

時間外電話相談  
①小児救急電話相談 #8000  
②クリニック代表電話  
042-536-7280にて  
専門のスタッフが時間外も相談をお受けします。  
音声ガイダンスが流れますので、症状についてのご相談をお選びください。