

# まめまめ通信

## 11月のお知らせ

インフルエンザ予防接種をご予約の方で、体調不良などで当日キャンセルされる場合はインターネットからお願い致します。

予約が取れていない方でも、当日キャンセルが出る場合が多あります。まだ予約の取れていない方はキャンセル待ちをお勧めします。

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	日
	10/29	10/30	10/31	11/1	11/2	11/3	11/4
AM	木実谷・横山	村井・木実谷	古川・森本 吉田	休診	木実谷・横山	文化の日	インフルエンザ 臨時接種日
	11/5	11/6	11/7	11/8	11/9	11/10	11/11
AM	木実谷・横山	村井・竹村	古川・森本	休診	木実谷・横山	吉田・多門	休診
	11/12	11/13	11/14	11/15	11/16	11/17	11/18
AM	木実谷・横山	村井・平野	吉田・森本	休診	木実谷・横山	吉田・内田	休診
	11/19	11/20	11/21	11/22	11/23	11/24	11/25
AM	木実谷・横山	村井・平野	古川・森本 吉田	休診	勤労感謝の日	木実谷・多門	インフルエンザ 臨時接種日
	11/26	11/27	11/28	11/29	11/30	12/1	12/2
AM	木実谷・横山	村井・平野	吉田・森本	休診	木実谷・横山	吉田・内田	休診



### 医事の コーナー

### 予防接種の公費期限について

公費の予防接種には、全て公費で受けられる期限があります。期限を超えてしまいますと、ワクチンは自費での接種となります。

ご留意の上、早めの接種をお勧めします。

公費期限に関しては、各予防接種の間診票に添

付されている説明書に記載してありますので、ご確認ください。スタッフがご相談も承っております。ご相談希望の方は、母子手帳をお持ちの上スタッフにお声掛けいただくか、お電話でお問い合わせください。

### インフルエンザ臨時接種日

11月4日、11月25日の日曜日はもりもり棟でのインフルエンザ臨時接種日です。一般の診療は行っていませんのでご了承ください。尚、当日は、大変混み合います。予約票などがそろった方から順番で受付させていただきますので、お手数ですが、予約票をご記入の上お持ちください。

前回の予防接種との間隔や次の予防接種確認に必要ですので母子手帳は必ずお持ちください。

### 看護師によるホームケア相談

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。



### 心理相談

### 経験を共有するコミュニケーション

コミュニケーションという言葉調べてみると、意思や感情、思考を伝達し合うことと書かれていました。これだけ読むと「毎日コミュニケーションちゃんとして〜」と思うかもしれません。でも私たちは、忙しければ忙しいほど、子ども達に対する指示や命令のコミュニケーションが多く、経験を共有するためのコミュニケーションがとて少なくなっているように感じています。例えば「タご飯だからテーブルの上を片付けなさい」という言葉を「あら、タご飯のハンバーグを置く場所がないわ」という言葉に変えただけで、テーブルが散らかっていて困ったという、今ここで起こっていることの経験を共有と、じゃあどうしたらいいんだろう？という考える機会を作ります。そこで慌てて、テーブルの上をすべてきれいに片付けてくれる子もいれば、ハンバーグの置ける場所だけ片付ける子もいるかもしれません。

でも相手の困り感が確かに伝わり行動化してくれたのであれば、それはとてもよいコミュニケーションになっています。日常生活の中で、こんな小さな経験を共有するコミュニケーションを増やしていきたいですね。



### ぼけっと 病児保育室 だより

### お友達

先日同じ保育園の0歳児クラスと1歳児クラスの男の子達が入室しました。普段の保育園ではクラスが違いますが子ども達は知っている様子。そのため保育室に入っても泣く様子はなく、むしろお互い引き寄せあうようにくっついて遊び始めました。

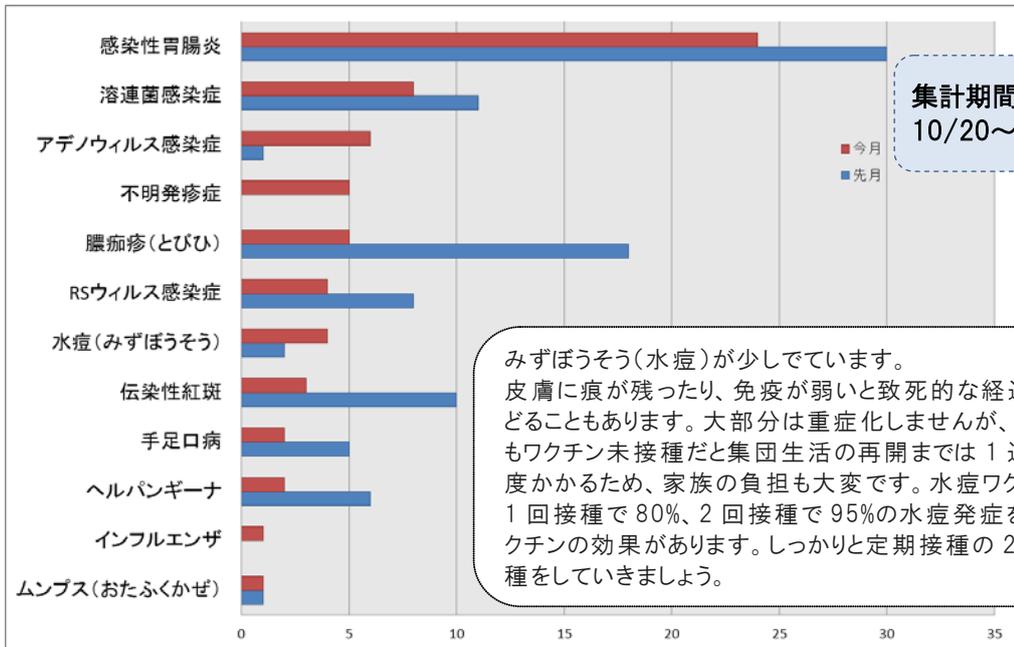
1歳児のM君がリードしてくれて、O君もS君も何だか楽しそうです。二人共いつもより気持ちに余裕が持てた様子で、付かず離れずの場所で好きな遊びに長い時間集中して取り組んでいました。病児保育室は普段と違う場所ですが、いつもと同じ何かが手助けしてくれることも多くあります。その中でもお友達は一番ですね。

### 10月の保育室感染情報

今月は急性上気道炎の他、気管支喘息や溶連菌のお子さんの入室がありました。



**流行の  
病気  
だより**



集計期間  
10/20~10/21

みずぼうそう(水痘)が少しでています。皮膚に痕が残ったり、免疫が弱いと致死的な経過をたどることもあります。大部分は重症化しませんが、それでもワクチン未接種だと集団生活の再開までは1週間程度かかるため、家族の負担も大変です。水痘ワクチンは1回接種で80%、2回接種で95%の水痘発症を防ぐワクチンの効果があります。しっかりと定期接種の2回接種をしていきましょう。



**ナースの  
まめ×2辞典**

**赤ちゃんの便秘**

赤ちゃんの便が2~3日でないと心配になりますよね。でも毎日便がでなくても便秘とは言いません。まとめてやわらかい便が出て、ミルクや食事がとれ、体重も増えていたら大丈夫です。赤ちゃんは「いきむ」「肛門をゆるめる」「うんちを出す」流れがまだ上手ではありません。なかなか自分

でだせない時は綿棒浣腸をしてあげましょう。便をするときにいきんで苦しそう、コロコロの便がでる、お尻がきれて出血する時は便秘です。苦しそうにしていたり、4~5日でない時は病院に相談をしてくださいね。



**古川 Dr. の  
ひとりごと**

**松本を訪ねて**

先日休日を利用して長野県の松本市を訪ねました。松本城や旧開智学校などの名所を訪ねたり、風情のある商店街をぶらぶらしました。城下町として栄えたその歴史と文化、伝統を感じる建物やお店とともに、現代的なおしゃれなカフェや雑貨店が違和感なく溶け込んでいてとても

魅力的な街だと感じました。またぜひ時間をかけて旅してみたい場所です。次は車酔いして断念した美ヶ原にも足を延ばしたいと思います。



**新しい職員を紹介します**

10月より新しく2名の職員がクリニックに加わりました。



看護師 山川 祐美  
事務部 生田目 恵理



**今月のおすすめ絵本**

「もりのかくれんぼう」  
作:末吉 暁子 絵:林 明子 出版社:偕成社

けいこは公園で遊んだ帰り道、見たことのない森の入り口に立っていました。その黄金色に輝く秋の森で、木の葉と同じ色をした不思議な男の子と出会い、森の動物たちも一緒にかくれんぼをする事になりました。どこに隠れているのでしょうか。絵本を読みながら一緒に探してみてくださいね。



**サービスの  
コーナー**

**今月のおりがみ  
「りんご・きつね」**

食欲の秋、真っ赤なりんごはいかがですか？  
稲穂と同じ色をしたきつねさんにも挑戦してみてくださいね。



**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。