

# 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、マル子の医療証がかわります。現在の黄緑色から淡いオレンジ色のものになります。

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となります。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
	10/7	10/8	10/9	10/10	10/11	10/12
AM	横山・木村 古川	平野・三浦	吉田・森本	休診	木実谷・横山 三浦	宮田・多門
	10/14	10/15	10/16	10/17	10/18	10/19
AM	体育の日	平野・三浦 岡部	吉田・森本 古川	休診	木実谷・横山 三浦	三浦・岡部 内田
	10/21	10/22	10/23	10/24	10/25	10/26
AM	横山・木村	即位礼正殿 の儀	吉田・森本	休診	木実谷・横山 三浦	宮田・木村
	10/28	10/29	10/30	10/31	11/1	11/2
AM	横山・木村	平野・三浦	森本・古川	休診	木実谷・横山 三浦	木村・岡部 内田
	11/4	11/5	11/6	11/7	11/8	11/9
AM	振替休日	宮田・三浦 岡部	吉田・森本 古川	休診	木実谷・横山 三浦	吉田・多門



### 医事の 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 Web にて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 回目の予約も同時にお取りください。年齢ごとの予診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。事前に記入して、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？」というのがあります。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からのお願い

病児保育室に入室を希望する前日、当院を受診する場合は、診察時に医師へ「翌日入室希望」の旨をお伝えください。

診察の際に伝え忘れた場合には、保育室に直接お電話ください。

診察の待ち時間短縮のためにも  
ご協力お願い致します。

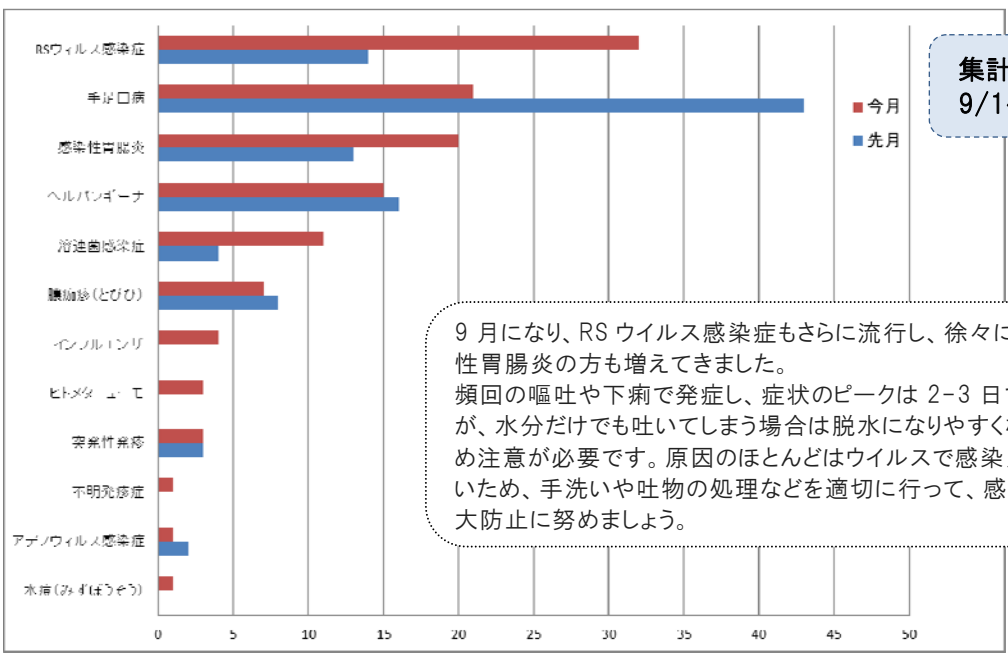


## 9月の保育室感染情報

急性上気道炎の他、喘息性気管支炎やRSウイルス感染症の入室が多くありました。



### 流行の 病気 だより



集計期間  
9/1~9/22

9月になり、RSウイルス感染症もさらに流行し、徐々に感染性胃腸炎の方も増えてきました。頻回の嘔吐や下痢で発症し、症状のピークは2-3日ですが、水分だけでも吐いてしまう場合は脱水になりやすくなるため注意が必要です。原因のほとんどはウイルスで感染力も高いため、手洗いや吐物の処理などを適切に行って、感染拡大防止に努めましょう。



### ナースの まめ×2辞典

### やけどをした時は？

あんよが上手になると家のあちこちを歩いて、探究心旺盛です。ヒーターやストーブに近寄ったり、湯沸かしポットや炊飯器から出る蒸気に興味深々で手を出したり！ママのヘアアイロンなども気になってさわってしまいます。また、ゆたんぼや使い捨てカイロは熱くないと思い、体に長時間あてていると低温やけどすることもあります。家庭でのやけどの対応は、とにかく流水やシャワーでやけどした部分を15~30分間冷やし続けることです。洋服の上からやけどした場合は無理に脱がせようとせず、洋服を着たまま冷やしましょう。凍ったもので冷やすと凍傷の恐れがあるので、直接冷やすのは避けましょう。深いやけどと大人の手のひらより広い範囲のやけどの場合は、すぐに救急病院を受診しましょう。範囲が小さく赤かったり水疱の場合は、受診前には薬は塗らず、触ると痛い時は清潔なガーゼを当てて、冷やしながら早めに病院を受診しましょう。



### 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」

ハッピー ハロウィーン♪  
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折ってお部屋も素敵に飾りましょう。



### 横山 Dr. の ひとりごと

### 季節の変わり目

朝晩涼しくなり秋めいてきました。気温としては過ごしやすい時期ですが、目に見えない環境変化がとても大きい時期ですね。気圧や湿度も上がったり下がったり変動が大きく、その変化自体が気道や皮膚に影響を与えることがあります。肌で言えば冬の乾燥しきった時期以上に、この日々変わる湿度変化が皮膚へストレスになるようです。まだ汗を掻く時期ではありますが、乾燥肌のお子さんは早めに保湿につとめて頂くと良いですね。ぜひぜひしやすいお子さんも普段の治療をしっかり続けて、具合が悪い時には早めにご相談いただければと思います。

### 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、どんぐりの実をつけ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		ぼけっと病児保育室	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。