

# まめまめ通信

## 2月のお知らせ

中国から発生した新型コロナウイルスの流行は あっという間に全世界に広がりを見せています。

中国からの帰国歴やその方との濃厚接触があり発熱などの症状がある場合は受診方法をご案内します。

お手数ですが来院される前に必ずご相談ください。

その他もご心配なことがありましたらホームケア相談へお問い合わせください。

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
	2/10	2/11	2/12	2/13	2/14	2/15
AM	横山・木村 古川	建国記念の日	吉田・森本	休診	木実谷・横山 三浦	横山・木村 岡部
	2/17	2/18	2/19	2/20	2/21	2/22
AM	横山・木村 古川	平野・三浦 古川	吉田・森本 古川	休診	木実谷・横山 三浦	吉田・多門
	2/24	2/25	2/26	2/27	2/28	2/29
AM	振替休日	平野・三浦 古川	吉田・森本	休診	木実谷・横山 三浦	吉田・木村
	3/2	3/3	3/4	3/5	3/6	3/7
AM	横山・木村 古川	三浦・古川	吉田・森本 古川	休診	木実谷・横山 三浦	横山・木村



## サンルーム リニューアル工事について

もりもり棟のサンルームは、水槽やボールプール・絵本もありお子さんたちの人気の空間ですが、老朽化のためこの度建て直しをする事になりました。

2月中旬頃から工事は始まり、夏前までには完成予定です。工事期間中使用できなくなりご来院の皆様方には、ご不便をおかけすると思いますが、ご理解ご協力のほどよろしくお願いたします。



ご迷惑をおかけして申し訳ありません



## 子どもさんとの出会いへの感謝

3月に退職する心理師よりご挨拶  
今の日本で発達のコボコボをもって生きるの  
は、本当にしんどいことだと思います。しかし、逆に、上手く生きられないからこそひらける世界もあるように思います。私は、彼らのもつ「すごさ」

にこころを動かされ、時に、畏敬の念も感じながら関わらせていただきました。そのようなお子さんは一様に「困った子」と見られがちですが、我々の側にそれを見る目と「異なる文化」への敬意があれば、とても大切なことを教えてくれる「先生」ともなり得る存在だと思います。少なくとも私は、しばらくの間、そんな子どもたちと大切な時間をともにさせていただいて、本当によかったと思っています。ありがとうございました。

心理師  
佐藤



## 予防接種の打ち忘れはないですか

MR(はしか・風しん)ワクチン 2期(年長さん)は公費での接種期限が3/31までです。3/31を過ぎると自費での接種になります。そのほかの予防接種も打ち忘れがないかご相談できますので、母子手帳を準備してお電話してください。公費の用紙をお持ちでない方は、立川市在住の場合は健康会館へ、立川市外在住の場合はお住まいの市役所等へお問い合わせください。接種希望の方は空き状況のわかるインターネットでのご予約をお勧めしております。尚、現在ヒブワクチンの流通の関係で、ワクチンが不足しております。1回目、2回目接種の方を優先して接種させていただきます。ご容赦ください。

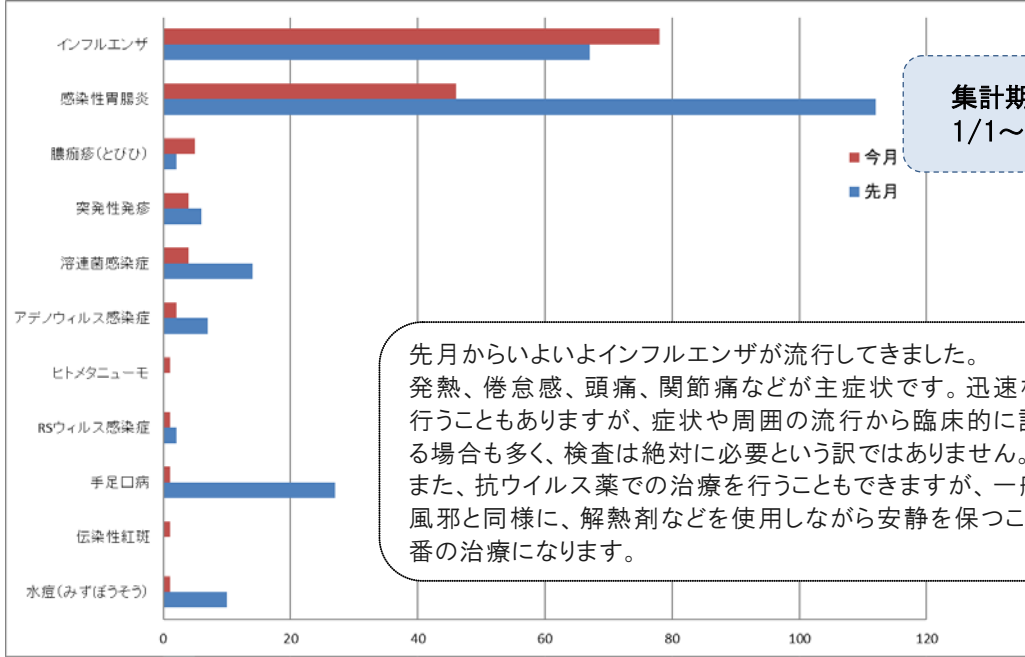


## 2020年度の登録・更新3/2より開始

次の季節は春、新しい環境に向け準備が忙しくなってきますね。いざという時の為に病児保育室への登録はお済みですか？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。詳細はホームページ、または保育室のパンフレットをご覧ください。  
すでに登録されている方には更新のお知らせとして2020年度の更新用紙を2月中旬に発送します。ご記入の上、FAXまたは郵送にて送って頂くか、直接受付にお持ちいただいても結構です。また、アンケートも同封していますので、お手数ですがご協力をお願い致します

## 1月の保育室感染情報

インフルエンザが多く、他には上気道炎や下痢症での入室がありました。



集計期間  
1/1~ 1/25

先月からいよいよインフルエンザが流行してきました。発熱、倦怠感、頭痛、関節痛などが主症状です。迅速検査を行うこともあります。症状や周囲の流行から臨床的に診断する場合も多く、検査は絶対に必要という訳ではありません。また、抗ウイルス薬での治療を行うこともできますが、一般的な風邪と同様に、解熱剤などを使用しながら安静を保つことが一番の治療になります。



### スギ花粉症の季節がやってきました

東京での2020年のスギ花粉の飛散予測情報、飛び始めは2月10日ころからで飛散量は例年の70%くらいとやや少なめとのこと。少なめだからといっても油断は禁物です。花粉の飛散を感じはじめたら、下記の1と2の対策をしましょう。そして、今シーズンの花粉が落ち着いた時期(5-6月頃)から3の治療を行うのもよいと思います。ご興味がある方は医師までご相談ください。

- ＜花粉症の治療＞
1. 花粉をさける(マスク、帽子、メガネをする、風が強い日や前日に雨が降った日の外出をさける、)
  2. 症状がひどくなる前から早めに薬の治療をはじめ
  3. 根本的な体質改善が期待できるアレルゲン免疫療法(スギ花粉による舌下免疫療法)を行う。



### 入試シーズン

入試のシーズンになりました。一つの目的に向かって必死で頑張ることは人生の一時大切なことで、受験勉強は決して無駄ではないと思います。私にとって大学受験はずいぶん昔のことになりますが、医学部をいくつか受け、第一志望は不合格で第二志望の大学に入りました。入学当初は意にそわない入学だったのでやる気がなかなか出ませんでした。卒業2年前から俄然勉強の面白さに気付き、よい指導者に会い人生が変わりました。失敗しても何があるかわかりません。結果はどうであれラストスパート悔いのないように頑張りたいと思います。



### 今月のおりがみ 「おに・てぶくろ」

2月は節分。鬼の顔も自分で描いたら怖くない!? 1つてぶくろ完成したら、対のおにぶくろは左右反対で折ってみよう。



「14匹のさむいふゆ」  
作・絵: いわむら かずお 出版社・童心社

冬の森は、白い雪に埋もれています。外はとても寒そうですが、ねずみたちの おうちは暖かそう。おうちの中で遊んだり、雪の積もった外でも遊ぶ元気なねずみたち。森の雪景色と、家族とのぬくぬくお部屋で過ごす暖かい絵が冬を感じる、大人気の14匹シリーズの一冊です。

### 診療体制のご案内 2019年12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	乳児検診	定期外来 幼児健診	相談外来・乳児検診 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。