

# まめまめ通信

## 7月のお知らせ

◆クリニック・ほけっと病児保育室の  
夏期休診は8/9(月)～8/14(土)です。

7月、8月は夏期休診の為、  
通常の担当医師と異なる場合がございます。  
詳しくはホームページの診療カレンダーで  
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。

## 新型コロナウイルス感染予防対策について

新型コロナウイルス感染拡大防止対策のため、  
次の症状等がある方は、来院前にお電話にて  
ご相談をお願いいたします。  
Tel : 042-536-7280

- ・お子様・同居されている方が新型コロナウイルス濃厚接触者である方
- ・同居されている方が新型コロナウイルス検査を14日以内にいった方
- ・周囲(保育園・学校等、同居者の職場等)に新型コロナウイルス感染者がいる方

来院前にお電話をいただけなかった場合、インターネット等でご予約をいただいたとしても、上記に当てはまる場合には時間どおりのご案内ができないことがあります。

尚、待合室の三密を避けるため、付き添いの方は最小限の人数でお願いしています。場合によりお車などでお待ちいただく場合がありますのでご了承ください。

## 日本脳炎ワクチンについて

日本脳炎ワクチンは、現在製造元の事情で全国的に入荷が不安定になっています。このため当院でも現時点で供給が安定するまでの間、4回接種のうち3歳以上で1期の2回接種の方、公費期限が迫っている方のみ予約をお受けしています。ワクチンの在庫によりお待ちいただく場合もありますが、ご希望の方は、電話でお申し込みください。Web予約再開時には、メールマガジン、ホームページでお知らせいたします。



医事の  
コーナー

## 嘔吐袋・呼出機・ご相談ください

待合室に嘔吐袋のご用意があるのをご存知ですか？気分が悪い時や嘔吐の症状がある際には、下駄箱上に置いてありますので、ご自由にお使い下さい。

衣類が汚れてしまった時には感染防止のためにお着替えをお願いしております。オムツや着替えをお持ちでない方は受付にお声掛け下さい。

また、外や車でお待ちになりたい方への呼出機の貸出しも行ってまいりますので、ご希望の方は受付までお申し出ください。

もりもり(病気外来)担当医師のみ表示しています。  
担当医師が変更になる場合がございます。予めご了承ください。  
最新の診療予定はホームページでご確認ください。



	月	火	水	木	金	土
	7/5	7/6	7/7	7/8	7/9	7/10
A M	平野 横山	平野 古川	吉田 森本	休診	木実谷 横山	古川 吉田
	7/12	7/13	7/14	7/15	7/16	7/17
A M	平野 横山	古川 森本	吉田 森本	休診	木実谷 横山	平野 古川
	7/19	7/20	7/21	7/22	7/23	7/24
A M	平野 横山	平野 古川	吉田 森本	海の日	スポーツ の日	古川 吉田
	7/26	7/27	7/28	7/29	7/30	7/31
A M	平野 横山	古川 森本	吉田 森本	休診	木実谷 横山	平野 森本



心理相談

## ストレス解消法

待ちに待った夏休みが近づいてきました。ですが、コロナの影響で今年も自由に外出できず、イベントも中止になってしまい、がっかりしているご家庭は少なくないと思います。特に子ども達は自宅で過ごす時間が長いことにイライラしたり、ストレスを感じていることでしょう。国立成育医療研究センターでは子ども達が考えた「気持ちを楽にする23のくふう」というアンケート結果をイラスト付きで掲載しています。絵を描く、ママに甘える、枕を叩く、好きな人を思い出す等、興味深い回答がたくさんあります。お子さんのストレス解消法を尋ねてみると新たな発見があるかもしれませんね。  
([https://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19\\_kodomo/report/cxc05\\_coping20210525.pdf](https://www.ncchd.go.jp/center/activity/covid19_kodomo/report/cxc05_coping20210525.pdf))



ほけっと  
病児保育室  
だより

## 小さな世界

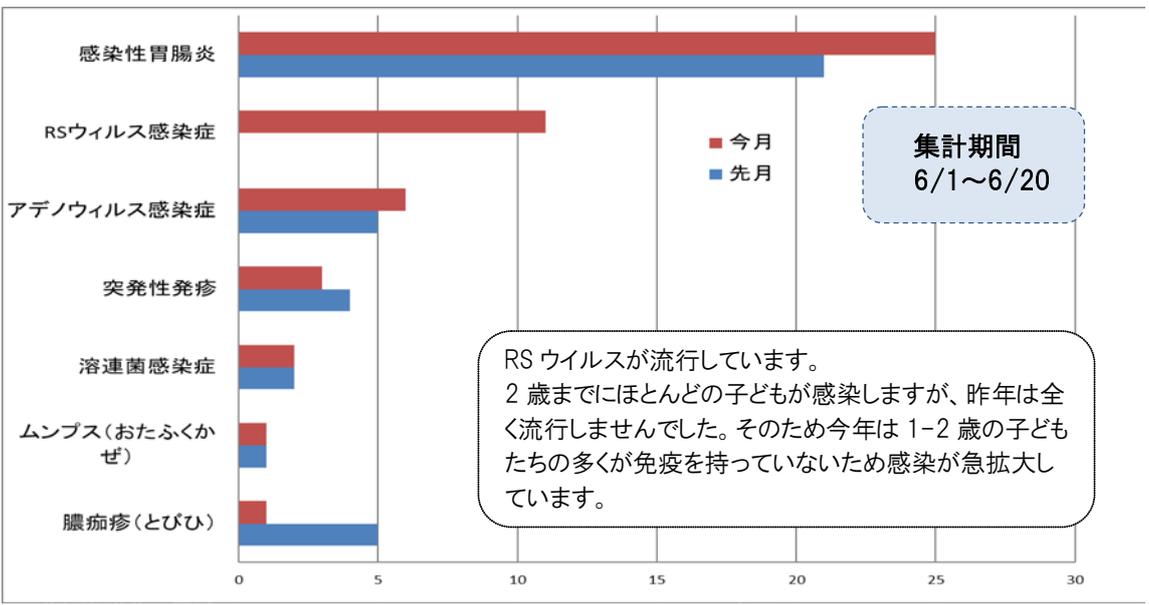
保育室のベランダで遅く越冬したメダカ達は元気に過ごし、可愛い水草の白い花と共に毎日のさやかな癒しになっています。保育室でお預かりする特に小さなお子さんは、お部屋の探索中に窓辺へ行くと、チラチラと水面を動く何かに気が付き動きを止めます。じーっと観察、窓をバシバシ叩いて「何かいるよ」と教えてくれるなど反応も様々です。メダカに夢中になって見つめるまなざしは真剣そのもの。興味が続く間は保育士も一緒にその時を楽しみます。これからの季節は色々な虫たちも保育室のベランダにやって来ます。「苦手」な気持ちはグッと抑えて、子ども達と小さな世界を覗いてみようと思います。

## ～もしもの時に備えて～病児保育室登録～

今年度より病児保育室の対象月齢がおおむね生後2カ月から小学校3年生に変更となりました。お子さんの病気とき、保護者の方の出産や病気などでもご利用いただけます。ご希望の方はお問い合わせください。

## 6月の保育室感染情報

今月はRSウイルス感染症での入室が多く、他に上気道炎や胃腸炎での入室もありました。



集計期間  
6/1~6/20

RSウイルスが流行しています。  
2歳までにほとんどの子どもが感染しますが、去年は全く流行しませんでした。そのため今年は1-2歳の子どもたちの多くが免疫を持っていないため感染が急拡大しています。



### これからの時期にふえてくる”とびひ”(伝染性膿痂疹)

とびひは、高温多湿になる5月頃から夏に多くみられる皮膚の感染症です。虫さされ、すり傷、かき傷、湿疹などから黄色ブドウ球菌、レンサ球菌という細菌が体に入り込むことで起こります。

#### とびひの予防ポイント

- 1、顔も体も毎日石けんを使ってよく洗い、いつも皮膚を清潔に保ちましょう
- 2、湿疹やアトピー性皮膚炎のコントロールを良くしましょう
- 3、虫さされやすり傷は早めに治しましょう(ご相談ください)
- 4、皮膚をかきこわさないように、爪を短くして、さらに手をよく洗いましょう
- 5、鼻いじりをやめましょう(鼻の中にはブドウ球菌がたくさんいます)

とびひになってしまったら・・・  
まずは細菌を石けんでよく洗い流すことです。さらに症状の程度によって抗菌薬の軟膏や飲み薬の抗生剤を使用します。とびひの数が増えているときは治療を変更することがあります。とびひかなと思ったらご相談ください。



### 今月のおりがみ「かに・イルカ」

暑～い夏に楽しい水遊び！  
海の中では気持ちよさそうにイルカが泳いでいるかもしれません。海辺の探索ではカニを発見できるかな？



### 運動不足解消へ

6月号の横山先生から引き継ぎ、運動の話題を続けます。肩こり解消のため、週に1回は運動の機会を持つようにはしていますが、緊急事態宣言中はオンラインライブレッスンに挑戦してみました。1回のレッスンで100名以上、多いと300

名位が違う場所にいながら同じ動画を見て、同じ動作をしているのは不思議な感じがします。家族にみられると恥ずかしいので、締め切った部屋で、画面の向こうの見知らぬ仲間たちと一体感を感じながら汗をかいています。「間違えても大丈夫！追い込んで！」というインストラクターの掛け声に元気をもらい、今日も自分に負けないで頑張りたいと思います。



### 今月のおすすめ絵本

絵本「ふしぎな水色のゾウ」  
作：いしばし やすひろ  
出版社：日本新薬

さやちゃんは、学校からの帰り道、降りるはずのバス停を乗り過してしまいました。次のバスをひとり寂しく待っているとゾウさんが現れ、不思議で魔法のような事が起こります。暖かい色合いで柔らかいタッチのちょっと不思議な物語です。

### 診療体制のご案内 2021年4月現在

受付時間	午前 8:30~13:00		午後 14:00~17:00		ほけつと病児保育室	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	定期外来	相談外来 心理相談	○	○
火	病気外来	相談外来 心理相談	定期外来	相談外来 心理相談	○	○
水	病気外来	乳児健診 心理相談	ワクチン 定期外来	相談外来・定期外来 心理相談	○	○
木	休診				○	○
金	病気外来	乳児健診 相談外来	定期外来	相談外来 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 \*365日対応 #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。音声ガイド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。  
\*木・日曜祝日を除く時間外24時迄  
2021年4月より対応時間が変更