

まめまめ通信



さいわい
こども
クリニック

2024. Sep
Vol. 31 No. 9

インフルエンザワクチン接種 予約開始します

今年度もインフルエンザワクチンの接種を10月から行います。インフルエンザ重症化予防のためにぜひご検討ください。なお、生後6か月以上の全ての年齢の方が10月1日から接種が可能です。

【予約開始】9月11日(水)17時から Web・LINEにて

【接種開始】10月1日(火)から

例年同様、日曜日の臨時接種日を設けています。他の定期ワクチンとの接種間隔に制限はございませんので、ご都合に合わせてご予約いただけます。ご家族でのご来院をお待ちしています。(平野)

2学期が始まりました！

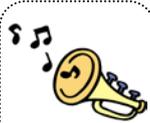


心理相談

夏休みも終わり、2学期が始まりましたね。夏休み明けは多くの子どもたちが不安や悩みを抱えやすい時期です。急に頑張りすぎず、ゆつくりと、少しずつリズムを取り戻していけると良いですね。保護者の皆様には、お子さまが普段と違うところはないかどうか、

いつも以上に気を配って頂ければと思います。何か気になる様子がありましたら通われている学校や園の先生にご相談してみたり、当院にも遠慮なくご相談ください。お話を伺えればと思います。(心)

10月は医療証の更新月です



医事の コーナー

来月の10月は乳児医療証(マル乳)と義務教育就学児医療証(マル子)、高校生等医療証(マル青)の更新月となります。新しい医療証は、9月下旬頃までにお住まいの市町村からご自宅へ郵送されます。ご自宅に届かない場合は、お住まいの市へお問い合わせください。

10月以降は、現在使用している医療証はご利用いただけませんので、来院時は新しい医療証をお持ちください。

もしお忘れになると一旦、自己負担分をお支払い

いただく事になりますのでご注意ください。mi



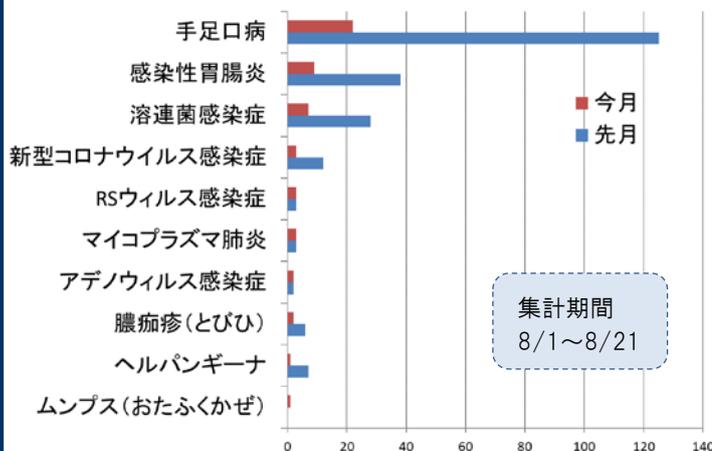
おねしょ(夜尿症)の話



水谷 Dr. の ひとりごと

おねしょは自己肯定感が低くなると言われています。「自分なんて」「旅行はいかない」など、よく聞く話です。実は、気管支喘息と同じくらいの患者数です。10歳の有病率は約5%。「同じ学年に数人はいるよ。でもみんな言わないだけ」と話すと、自分だけではないのだと子どもはホッとした顔をします。確かにおねしょは自然によくなることもあります。治療するともっと早く良くなります。それでも完全になくすには1-3年かかるため、小学校低学年から相談するとよいでしょう。

感染症だより



夏休みで学校がお休みのため現在大きな流行はありませんが、マイコプラズマ感染症が小学生のお子様で散見されます。長引く熱と強い咳が特徴です。抗菌剤が有効ですので長引く場合は受診をお勧めします。(七)

小さい秋



サービスの コーナー

【9月の折り紙】

栗と パクパク恐竜



【おすすめ絵本】

「こりすのおかあさん」

作: 浜田 廣介 絵: いもと ようこ

出版社: 金の星社

最新の診療予定

こちらの QR コードからご確認ください

* 12:30~13:30 はお電話による受付ができません。ご了承ください。



時間外電話相談のご案内

①母と子の健康相談室 *365 日対応 #8000

②クリニック代表電話 *木・日曜日を除く時間外 24 時間
042-536-7280

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。

災害は普段と違う状況になる事をふまえ、お迎えに来る方法や人について普段からご家庭で話し合っておくと安心です。今回は、災害時にお迎えに来る際に想定されるトラブルと、安全に避難してお引き渡しするためのお願いについてお知らせします。

！車が通れない

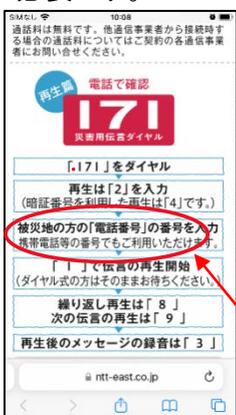
近くでも道路や踏切が通れなくなる可能性があります。そのために歩いてくる想定でルートの確認が必要です。

！向かう事ができない

電車が止まっていたり、お迎えの自身が怪我をしていたり、移動できない可能性もあります。他に頼める人や連絡方法について、入室する際には確認をお願いします。

！場所が分からない

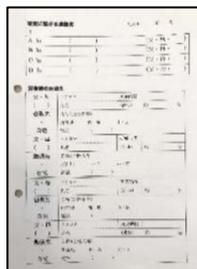
初めて来る方(祖父母や親戚など)にお願いした場合、場所が分からない事も考えられます。お迎えに来られる方と、あらかじめ場所の確認をしていただくと安心ですね。



災害用伝言ダイヤル

避難している場所や状況について伝言を録音します。保護者の方それぞれのスマホに登録ください。あわせてご利用方法の確認をお願いします。

確認の際の電話番号
042-536-7333



緊急連絡票

ご利用する当日の連絡先を確認しています。所要時間と確実に繋がる電話番号をご記入ください。できるだけ

2名以上の方をご指定いただくようお願いしています。



靴と上着(冬場)をお持ちください

車で来院されると忘れがちになります。靴は、お部屋ですぐに履けるように袋に入れて朝お預かりしています。

歩けるお子さんは必ずお持ちください。

一次避難場所



目の前の立川市立第八小学校です。

予備用のミルク・食べ物のご用意を

保育室では、緊急用として離乳食やミルクを用意しており、提供しているおやつも非常食を兼ねていますが、実際に災害が起きたときには、それだけでは十分ではありません。入室される際には、ミルクの方は多めに、お弁当の方は個包装のパン物やレトルトなど、常温保存できるもののご用意もお願いしています。特に食物アレルギーをお持ちのお子さんの場合はぜひご協力ください。HPの持ち物一覧表にも記載しておりますので、ご参照ください。



非常用持ち出し袋を準備しよう

万が一の時の非常用持ち出し袋
→「自分セット」を作きましょう

いざ避難するときになった段階で準備するのは、持ち出し忘れや避難の遅れに繋がり危険です。生活するために最低限必要だと思われるものをリュックにつめておきましょう。

●実際に何が必要かを家族で話し合ってみましょう

☆赤ちゃんがいる場合は？

離乳食、ミルク、おむつ、おしりふき、母子手帳、お薬手帳のコピー…等

☆食物アレルギーがある場合は？

除去食のストック、緊急時の連絡カード、エピペンや内服薬…等



参照：日本小児アレルギー学会
災害時のこどものアレルギー疾患対応パンフレット

●基本的な物の例

- 食料(飲料水、缶詰、おかし)
- 衣服他日常使用するもの
- 感染症対策のマスク
- 常備薬1週間分
- ヘルメット
- 防寒用具等



一年に一度は確認を行い、今のあなたやご家族にあった備えをしましょう♪ (S.T)