

# まめまめ通信



さいわい  
こども  
クリニック

2025. Mar.  
Vol. 32 No. 3

## 「すくすく子育て広場」復活します！

みやた小児科時代に行っていた子育てサロンの復活です！  
第1回目は3/15(土)14:30から、看護師によるおはなしと交流会を予定しています。初回のテーマは「赤ちゃんが風邪をひいたらどうすればいい？」です。  
毎月1回程度、月替わりで乳幼児さん対象のおはなしや身長体重測定、看護師・助産師による個別相談会などを行います。詳細は院内掲示をご覧ください。スタッフにお尋ねください。皆様とのご縁をスタッフ一同お待ちしております！（平野）



## 来年度への準備



### 心理相談

今月はご卒園・ご卒業される方も多いかと思います。おめでとうございます！今後の入園・入学に向けて新しい環境に不安や緊張があるお子さんもいらっしゃるかもしれません。未知のことや、見通しがもてないことがあると不安は強くなりやすいものです。  
お散歩しながら登園・登校ルートを確認する、お家で制服を着てみるなど、ちょっとしたことからでも慣れたり見通しをもてると、気持ちも準備ができてゆとりがもてるかもしれませんね。（心）

## 予防接種の打ち忘れはありませんか？



### 医事の コーナー

MR(はしか・風疹)ワクチン(2期)は、公費での接種期間が年長さんの3/31までです。公費期間を過ぎると自費での接種となります。そのほかのワクチンにも公費の接種期間があります。打ち忘れがないか、どのワクチンを接種すれば良いかご不明な場合には、母子手帳をご準備の上、お電話や窓口にてご相談ください。公費のワクチンには予診票が必要です。お手元がない場合は、立川市在住の方は健康会館へ、立川市以外在住の方はお住まいの市役所等へお問い合わせください。  
当日は母子手帳、診察券も忘れずにお持ちくださいね。（K）

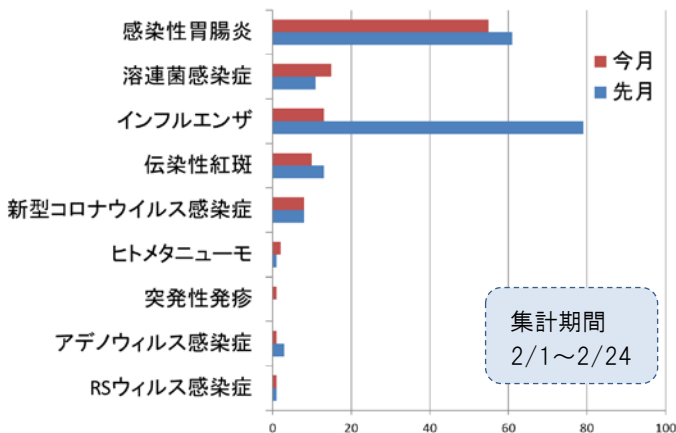
## ヒーロー



### 木実谷 Dr の ひとりごと

2月から新しいヒーローシリーズが始まり、徐々にテレビで見ました。幼稚園の頃、当時の後楽園遊園地でのヒーローショーを1日4回公演全て見るほど大好きでした。ジェットコースター先頭に立ち乗りで登場するヒーローにワクワクしていました。小児科医をしているので、今も子どもたちからたくさん最新のヒーローのお話を聞くことができます。ヒーローに限らず、子どもたちに好きなことがあり、嬉しそうにお話してくれる姿をみると、小児科医になってよかったと思います。

## 感染症だより



インフルエンザが減少し、感染性胃腸炎が流行しています。イオン飲料を少しずつ飲みながら嘔気が収まるのを待ちます。嘔吐が続き水分が摂れない、ぐったりしてきた、腹痛が強いなどあれば医療機関への受診をお勧めします。（ヒ）

## 春



### サービスの コーナー

### 【3月の折り紙】

くるまとイースターラビット

### 【おすすめ絵本】

「くまのがっこう ジャッキーのゆめ」

文：あいはらひろゆき 絵：あだちなみ

出版社：ブロンズ新社



## 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・日曜祝日を除く時間外 22時迄

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。

3月1日より、2025年度の更新手続きが始まりました。

お手元に届いた用紙にご記入いただき、なるべく早めのご返送(またはご持参)をお願いします。  
昨年度寄せられたアンケートコメントを一部ご紹介しながら、保育室の様子をお伝えします。

### ご利用された時の感想

●初めて預ける際はとても不安でしたが、保育士さん看護師さんとても優しく、日中の様子も詳しく教えてくださって安心しました。●症状が悪化していないか心配になりますが、いつも個々に合わせて対応していただいているので安心して預けられます。●鼻吸いや肌のケアなどしていただき、連絡帳には家で気をつける事も書いてあり、ありがたいです。

### その他の感想など

●まだ利用はありませんが、近くに祖父母が居ないので頼れる場所があり安心です。●外来でお会いしたときでも先生たちが声をかけてくれて、成長を見ていてくれるのがいつも癒されます。●娘は元気な時でも「病児保育行きたい!」と言っています。



安心してご利用いただいています。お子さんがリラックスして回復に向かえるよう、スタッフ一同協力し、一人ひとりの体調やリズムに合わせて保育を行います。連絡帳には一日の様子以外にも、行った処置や食事・排泄・睡眠の様子、ホームケアについても記載しています。



病気のお子さんを預ける場所として、ぜひ頼りにしていただけましたら幸いです。私たち保育士も、お子さん達の成長した姿を見て喜び合っています。保育室が「元気になれる場所」になりたいと思います!



ナースの  
まめ×2辞典

### 怪我をしたとき

子どものけがの中で「すり傷・打ち身・打撲」が約半数以上と最も多くなっています。小児は頭部が相対的に大きく、重心が上方にあるため転倒しやすく、低年齢ほど頭部打撲が多い特徴があります。もし怪我をした場合でも慌てず、傷の治りや心配なことがあればご相談ください。(A.A)

●**すり傷** 流水で傷口を洗い流してからガーゼなどで覆って保護します。痛みが強いため、水で洗う処置には患部を冷やして痛みを和らげる効果も期待できます。傷はプロペトなどを塗って、なるべく乾かさないようにするのがポイントです。

●**頭を打った** 観察が大切です。頭を打った直後は元気で、数時間から数日後に吐いたり、元気がなくなったり、転びやすくなったりすることもあります。その場合はすぐに病院へ行きましょう。



### 新規ご登録のご案内

新年度が始まった直後は、緊張や疲れで体調を崩すお子さんが増えます。急な熱などで慌てないためにも、ぜひ登録をお勧めします。

★登録用紙が入ったパンフレットは、市内の各保育施設と立川市健康会館にも置いてあります。