

# まめまめ通信



さいわい  
こども  
クリニック

2025. Apr.  
Vol. 32 No. 4

## ご挨拶

新年度ですね。新しい環境は不安と緊張でいっぱいですが、本年度もスタッフ一同、皆様のお力になりたいと思っています。5月には新規電子カルテでの診療を始めます。我々も緊張していますがご迷惑にならないよう精一杯準備をしております！予約システムの変更はありませんので、引き続きご予約をお待ちしております。なお、電子カルテシステム入れ替え作業に伴い、5/2(金)、5/7(水)は外来を休診いたします。

ぼけっと病児保育室は通常通り開室しております。(平野)



## 焦らずゆっくりと



### 外来保育士のコーナー

新しい生活が始まるこの時期、楽しみでウキウキした感じが感じられるお子さんや、そろりそろりとゆっくり歩みを進めるお子さんもいて個性様々です。中には環境の変化に泣いてしまうお子さんもいらっしゃるでしょう。でも子どもたちは周りの様子をしっかりと見て感じています。担任の先生やお友だちなど安心できるよりどころをベースに、どんどん新しい世界へ踏み出していきます。それぞれの子どものペースを大事にしていけるといいですね。(Y)

## 連絡先に変更はありますか？



### 医事のコーナー

新年度が始まりました。お引越し等で住所や電話番号などのご連絡先に変更がありましたら、カルテの登録を変更いたします。

お手数ですが受付までお知らせください。連絡先変更用紙をお渡しますので、ご記入をお願いいたします。(mi)

## 例年の春のお願い



### 横山 Dr. のひとりごと

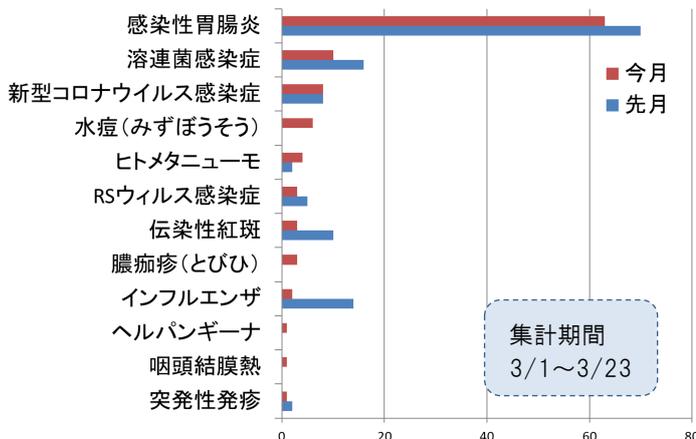
寒かった今年の冬も終わり、春到来ですね。海に囲まれた日本はゆっくり暖かくなり寒くなると習いましたが、昨今の状況にもあるように秋や春はあつという間に過ぎさり、夏の暑さも冬の寒さも厳しいですね。温度がそうなれば湿度も同様で、もともと太平洋側は冬季に湿度が大きく低下しますが、その程度が以前より顕著となっているようです。そして皮膚のバリア機能低下は乾燥と密に関係します。春の花粉を迎え撃つためにも特にこの時期は保湿によるバリア機能強化をお願いします。

## みんなで作ろう！こいのぼり♪

4/11(金)～5/14(水)まで、みんなで作ろう！こいのぼりを行います。うろこシールを貼って、こいのぼりを完成させよう！うろこの台紙とシールは受付からもらってね。(mi)



## 感染症だより



水痘が時折みられます。今後水痘ワクチン定期接種導入以前のお子様を中心に流行する可能性があります。1歳～2歳のうちに2回定期接種がありますが、定期接種時期越えても自費にて接種が可能です。ご相談ください。(ヒ)

## 新学期



### サービスのコーナー

#### 【4月の折り紙】

バラとてんとう虫

#### 【おすすめ絵本】

「たんたんぼうや」

作:かんざわ としこ

絵:やぎゆう げんいちろう

出版社:プロンズ新社



## 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。

病児保育室は、病気やけがのお子さんを一時的にお預かりする施設です。  
**おおむね生後2ヶ月～小学校3年生までのお子さんが対象で、**  
 保護者の方の出産や病気などでも ご利用いただけます。  
 急な発熱などで慌てないためにも、病児保育室のご登録をぜひご検討ください。

## ★ 病児保育室の1日 ★

- 8:15 受付開始
- 8:30 診察が終了次第入室
- 9:00 おむつ交換・水分補給+おやつ  
静かな遊び又は安静
- 11:00 昼食・おむつ交換
- 12:00 絵本の読み聞かせ・検温  
お昼寝
- 14:30 診察・与薬・おむつ交換
- 15:00 水分補給+おやつ
- 15:30 静かな遊び又は安静
- 16:00 検温
- 16:30 おむつ交換
- 17:00 お会計後、お迎え
- 17:30 最終退室



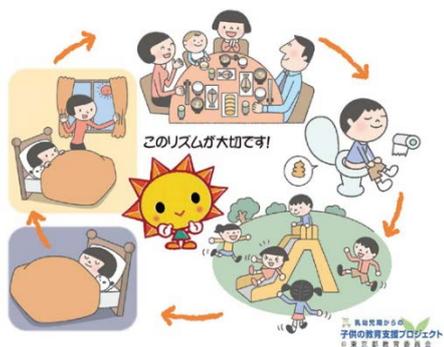
### 登録会を開催しました

今年度新しく登録する方を対象に 2/27 と 3/13、さいわいこどもクリニックのサンルームにて行いました。当日は多くの方にご参加いただきました。



## 子どもの生活リズムを整えるポイント

新学期が始まり、不安や緊張・慣れない環境で生活リズムが乱れがちです。この時期は、大人も子どもと一緒に、生活リズムを整えることが大切です。



- ① 朝は日の光を浴びましょう。  
体内時計がリセットされて、リズムが整いやすくなります。
- ② 朝食を食べましょう。  
脳にエネルギーが与えられ、思考回路が動き出します。
- ③ 夕食の時間を早くしましょう。夕食の時間が早いと、時間に余裕ができます。
- ④ 布団に入る前には、大人と一緒にテレビやスマホ・タブレットは消しましょう。
- ⑤ 寝る時は電気を消しましょう。  
大人も一緒に“一斉消灯”して、家族みんなでリズムを作ることが大切です。