

まめまめ通信



さいわい
こども
クリニック

2026. Feb.
Vol. 33 No. 2

『ぼけっと病児保育室』ってなあに？

病児保育室とは病気やけがのため、保育園や幼稚園、学校に通園できないお子さんを一時的にお預かりする施設です(立川市委託事業)。専門スタッフ(保育士)が常駐しており、お子さんたちが安心して回復に向かえるよう医師・看護師とともにケアしています。「おにかいにいきたい！」常連さんは保育室のことを「おにかい」「ぼけっとさん」と呼んでくれています！体調はいまいちであっても、楽しい一日になるようサポートしてまいります。毎月発行しているぼけっと病児保育室だよりで保育の様子をご覧ください！(平野)



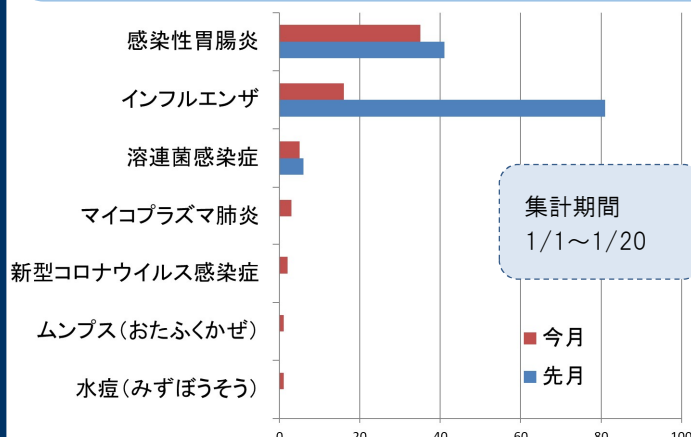
マイナ保険証の有効期限について



医事 の コーナー

12月より従来の健康保険証は使用できなくなっております。現在移行期間として3月末まで従来の健康保険証でも確認可能ですが、4月からは「マイナ保険証」または「資格確認書」での確認に切り替わりますのでご注意ください。マイナンバーカードの電子証明書には発行日から5回目の誕生日まで、という有効期限があり、有効期限の3ヵ月前から受付にある顔認証付きカードリーダーでもご案内が表示されます。お住まいの市役所窓口での更新手続きが必要になりますので受診の際はご注意ください。(K)

感染症



インフルエンザ A、Bともに時折みられますが、先月に引き続き胃腸炎が流行しています。嘔吐が始まったら休憩をはさみつつ、水分(経口補水液)の摂取を試みましょう。ぐったりしている場合はご相談ください。(H)

ぼけっと病児保育室登録更新について

ご利用には事前登録が必要です。(登録料無料)

○新規登録会:2月25日(水):4月8日(水)

登録会では初めての方にも分かりやすくご案内し、利用に関する個別相談もお受けできます。どうぞお気軽にお越しください。詳細はメールマガジン、HPやパンフレットをご覧ください。

○2026年度更新受付開始:3月2日(月)

更新の申請方法がWEB方式に変更となります。詳細はHPでご確認いただき、マイページからの手続きをお願いいたします。



立春



森本 Dr の ひとりごと

二月になりました。暦の上では立春を迎え、寒さも峠を越えて春の気配が感じられる頃ですね。日常感覚としてはもう少し寒さが続く時期ですが、日差しは少しずつ強くなってきますし、草や木が芽吹き、いきものの始動が感じられる季節ですね。朝 窓を開けた時の空気のみずみずしさや、木々の緑の香りに春の勢いを感じつつも、煽られすぎずにマイペースに、硬い地面から芽を出せるようにがんばりたいと思います。皆様も お身体お気を付けて、良い春をお迎えくださいね。

節分



サービスの コーナー

【2月の折り紙】

鬼のまめ入れと雪だるま

【おすすめ絵本】

「元気なマドレーヌ」

作・絵:ルドウィッヒ・ベームルマンズ

訳:瀬田貞二

出版社:福音館書店



最新の診療予定

こちらの QR コードからご確認ください

※受付は 8:50 からになります。

・休診日 水・日・祝日



時間外電話相談のご案内

② 母と子の健康相談室 *365 日対応 #8000

② クリニック代表電話 *水・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。



保育室では、医師の指示により処置を都度行っています。
保育室で行っている主な処置をご紹介します。



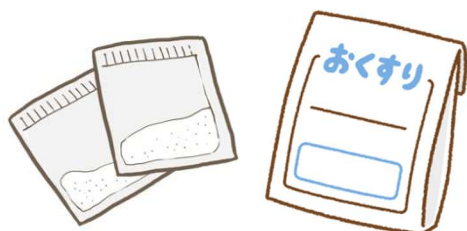
鼻吸い

鼻水が溜まっていると、食事や水分が飲み込みにくいことが多くあります。ご飯を食べる前やお昼寝の前など、様子をみながらこまめに鼻を吸っています。



吸入

膝の上に座って手遊び歌を歌ったり、絵本を読んだり…と楽しみながら吸入できるようにしています。吸入後は鼻や喉が加湿されたタイミングで、鼻吸いをすることがあります。



服薬(粉)

水分に溶かしてからしばらくすると薬に混ざっている甘い部分が溶けて、苦みが出てくる薬もあります。スプーンの上で溶かしたらすぐに飲むようにしています。



保育室で行っている服薬方法

- ①スプーン上に少量の水を入れます。
- ②水の入ったスプーンの上に粉薬を加え、溶かします。(量が多い場合は半分の量に調整しています)
- ③一口でパクッと飲み切れるようにします。
- ④口の中に薬が残っていることがあるので、飲み終わった後は水を少量飲んでいきます。



冬のスキンケアは『保湿』が基本！



寒い日が続き、空気の乾燥が気になる季節になりましたね。大人以上に、お子さんの肌はとてもデリケートなのをご存知ですか？実はお子さんの皮膚は大人の約半分の薄さしかなく、バリア機能が未熟です。皮脂も少ないため、放っておくとすぐカサカサしてしまいます。

大人の手のひら2枚分の面積に対して必要な量



保湿のポイント

お風呂上りに：体が温まっているうちに、全身に塗りましょう。「たっぷり」が合言葉：お顔や手、お腹や背中も忘れずに！ 合うものを選んで：市販のクリームやワセリンなど、お子さんの肌に合うものでOKです。まずは2週間、毎日習慣にしてみてください。心配なことがあれば、いつでもクリニックにご相談くださいね。