

♡ えみんぐ ♡ 通信

島田療育センターはちおうじ こどもクリニック えみんぐ Vol.20 2013.3.31発行

🌸 こんにちは！えみんぐです!!

平成25年4月でえみんぐ開院2年を迎えます。そして、花粉症の方々にはつらい季節ですね。「今年は花粉が多くて大変」と受診されている方も多いようです。幸い私は、まだ花粉症デビューしていません。「何歳になっても、突然 花粉症デビューはあるのよ」と皆にいわれます。花粉症の方々のつらそうな様子を見ていると、早く花粉が飛び終わりますようにと祈っています。

4月は、お花見の季節ですね。3月初旬、三浦海岸桜まつりに行ってきました。三浦海岸駅から線路沿いに小松ヶ池公園までの約1kmには、約1,000本の河津桜が植えられています。河津桜は早咲きで知られていますが、今年は気温低下の影響から、河津桜の開花が平年よりかなり遅れているそうです。



3月9日高尾梅郷梅まつりがあり、旧甲州街道沿い約4.5km区間に点在する、関所梅林、天神梅林、湯の花梅林、木下沢梅林、そして小仏川沿いの遊歩道梅林を中心に、約10,000本の紅白の

梅が咲きます。ということで行って見ましたが、やはり今年は平年より開花が遅れていて満開には程遠い感じでした。

4月は年度始めで入園式・入学式等イベントの多い時期ですが、元気にイベントに参加できると良いですね。私も健康に気をつけて頑張ります！



～自己紹介～

助手の柳生です。京都生まれ、新潟、東京、横浜を経て八王子在住2年です。

旅行が好きで、最近、高尾山のハイキングもよく行きます。

夫と大人になってしまった娘が三人います。

子どもが大好きで、体調が悪い時に、少しでも安心して頂けるようお手伝いできたらと思っています。

これからもよろしくお願ひ致します。

(助手 柳生 朋子)

🌸 赤ちゃんの鼻づまり

生後1～2か月ごろ、熱も咳もないのに鼻をつまらせたり、寝苦しそうにすることがあります。赤ちゃんの鼻の穴は小さく、鼻の粘膜が敏感なので、ちょっとした気温の変化などの刺激で鼻水が出ます。また暖房で部屋が乾燥すると鼻みずがねばっこくなったり、鼻クソになって鼻をつまらせてしまいます。

赤ちゃんは口で呼吸することが下手なので、鼻がつまるとお乳が飲みにくくなり、機嫌が悪くなります。

こんなときはもう一度受診を

水ばながいっぱい出るようになった、お乳の量がだんだんの半分ぐらいに減った、咳が出てきた、ゼイゼイしている、などのときは本格的ななぜかもしれません。もう一度診察を受けてください。

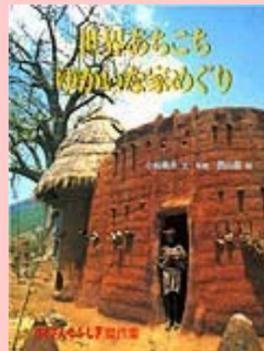
鼻づまりを治すためのヒント

- ①暖房で部屋が乾燥しないように、加湿器などを使う。
- ②鼻みずをスポイトですいとったり、綿棒で鼻をそうじする。ただし、鼻みずをすいとるだけで鼻づまりが治るとはかぎらないので、鼻の中を傷つけないよう、ほどほどに。
- ③お風呂の湯気は鼻の粘膜を湿らせてくれます。お風呂であたたまると鼻の粘膜の腫れもひくでしょう。

(日本外来小児科学会より)



絵本の紹介



「世界あちこちゆかいな家めぐり」
小松義夫 文・写真 西山晶 絵

世界のいろいろなお家が紹介されています。日本には無い面白い家がたくさんあることが分かります。少しお兄ちゃん、お姉ちゃん向けの絵本かもしれませんが。大人も一緒に楽しめる1冊です。

(看護師 藤岡 由夏)

4月の診察予定

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
小沢愉理	小沢愉理	相崎	小沢愉理 PM横山	小沢浩 AM雨宮 PM横山	休診	休診
8	9	10	11	12	13	14
小沢愉理 野村	小沢愉理	相崎 PM木実谷	小沢愉理 PM横山	小沢浩 AM雨宮 PM横山	休診	休診
15	16	17	18	19	20	21
小沢愉理 野村	小沢愉理	相崎	小沢愉理 PM横山	AM雨宮 PM横山	休診	休診
22	23	24	25	26	27	28
小沢愉理 野村	小沢愉理	相崎 PM木実谷	小沢愉理 PM横山	小沢浩 AM雨宮 PM横山	休診	休診
29	30					
休診	小沢愉理 野村					

外来診療のお知らせ

- **こども相談外来**
お子さんのこと、何でもご相談ください。
金曜日 14時～15時
(第2金曜日は休診)
診察時間：20分
担当：小沢浩(小児科医)
 - **けいれん外来**
金曜日 11時～12時
担当：雨宮馨(小児科医)
- * 不定期に休診となることがありますのでご了承ください。
- ◆ 予約制になりますのでお電話でお問い合わせください。

TEL：042-634-9559

島田療育センターはちおうじ

こどもクリニック えみんぐ

TEL：042-634-9008

〒193-0931 東京都八王子市台町4-33-13

(八王子市小児・障害メディカルセンター内)

(HP) www.shimada-ryoiku.or.jp/shima8



🌸 予防接種のお知らせ

- ヒブワクチンの追加接種の時期が変更されました。初回の3回目接種のあと、7～13カ月の間に1回接種してください。
- ◆ 予防接種は完全予約制になりますのでお電話でお問い合わせください。
TEL：042-634-9008