

♡ 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.29 2013.12.31発行

🌸 こんにちは！えみんぐです!!

新年おめでとうございます。今回の年末年始のお休みは、長い方で9日間あり、こどもクリニック えみんぐも1/3日に休日診療を行いました。暦通り12/28～1/5まで休診とさせていただきます。ありがとうございました。

皆様はどのように新年を迎えられましたか？「一年の計は元旦にあり」で、私は島田療育センターはちおうじに勤務してから毎年ひとつ目標をたてています。大したことではありません。昨年、私は出不精なので外出する予定をつくることにし、毎月お芝居を見に行くことにしました。今年は、私は運動することがあまり好きではなく、体力が日々落ちていくのを感じていたので、運動サークルに参加することにしました。でも、こんなことができるようになったのは、子供達がある程度手がからなくな

り、彼らが自分たちの世界を楽しむようになってきたからです。今、皆さんは子育ての真っ最中ですね。「子育ては親育て」誰もが初めてです。親からみて、育てやすい子も育てにくい子もいます。育児を楽しみなさいと言われても、毎日忙しくて余裕がなくなってしまうこともあります。上手に親離れ、子離れしなくてはなりません。大変だけれど、笑顔があればなんとかなります。肩の力を抜きましょう。島田療育センターはちおうじの理念は「輪を和でつなぐ」です。「笑顔の輪」の真ん中には子どもがいます。家族がいます。一緒に「笑顔の輪」を広げていきましょう。今年もよろしくお願ひします。

(小児科医 小沢愉理)

🌸 インフルエンザ

症状

- ①熱：さむけと高熱、3～5日
- ②苦：全身がだるい、食欲がない
- ③痛：頭痛、手足の筋肉痛、腰の痛み
- ④咳：のどの痛み、鼻みず、咳

インフルエンザかどうかを外来で迅速診断することができます。インフルエンザとわかり、早期に治療薬を飲み始めれば、症状を軽くすませることができます。

治療薬と異常行動との関係が心配なときは主治医とよく相談しましょう。

治療薬は内服・吸入・点滴があります。

家庭で気をつけること

- ①休む：家で寝ているのが一番大切です。
- ②保温：寒くない程度の暖房、暑すぎない程度の調節をしましょう。
- ③食事：子どもの好きなもので消化の良いものを与えます。水分を十分にとるように心がけてください。
- ④入浴：疲れさせないように、と気をつけて、お風呂でサッパリさせるのはかまいません。

保育所・学校

熱が下がってからも2～3日、発症から少なくとも5日間は休ませましょう。

絵本の紹介



「エルマーのぼうけん」

ルース・スタイルス・ガネット著

ドキドキしながら読める本です。

絵は少ないですが楽しく読めます。

ちょっと大きい子向けの本かもしれません。

(看護師 藤岡由夏)

1月の診察予定

月	火	水	木	金	土	日
		1	2	3	4	5
		休診	休診	小沢浩 野村	休診	休診
6	7	8	9	10	11	12
小沢愉理 野村	小沢愉理	相崎 PM横山	小沢愉理 PM横山	小沢浩 雨宮	休診	休診
13	14	15	16	17	18	19
休診	小沢愉理 野村	相崎 PM横山	小沢愉理 PM横山	小沢浩 雨宮	休診	休診
20	21	22	23	24	25	26
小沢愉理 野村	小沢愉理	相崎 PM横山	小沢愉理 PM横山	小沢浩 雨宮	休診	休診
27	28	29	30	31		
小沢愉理 野村	小沢愉理	相崎 PM横山	小沢愉理 PM横山	小沢浩 雨宮	休診	休診

※1/3(金)は休日診療当番日のため、点滴・レントゲン検査は行えません。

🌸 予防接種のお知らせ

- インフルエンザワクチン接種は1/10までとなります。
- その他、各種予防接種を行っています。
- ◆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

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：30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