

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.53 2015.12.28発行

お家の中でできる遊び♪

赤ちゃんのうちからできる運動ってないですか、と聞かれることがあります。子どもたちは日々遊びながら身体を動かし、動きを学んでいます。ハイハイで布団をよじ登ったり、外に散歩へ行くだけでも、十分に全身を使った運動になり、動きを経験していくことにつながっていきます。

今回は、家の中でもできるバスタオルを使った身体遊びをご紹介します。バスタオルは家に必ずありますし、もし汚れてしまっても洗濯すればいいので安心です。

***ハンモック：**お子さんをバスタオルに乗せたら、大人ふたりでそれぞれ端を低い位置でつかみ、ゆっくり持ち上げて揺らします。お子さんの様子をみながら揺らし方を大きくすると、タオルの中で身体がごろごろと転がって身体の向きが変わったり予想外の動きを楽しむことができます。

***ボール遊び：**バスタオルをねじって丸めます。これだけでボールに早変わり。普通のボールと違って転がりにくいので、おすわり期の赤ちゃんでも遊びやすいです。ボールを捕まえようと手を伸ばすことで、おすわりのバランスも上達していきます。

***動くじゅうたん：**お子さんをタオルの上にすわらせたりうつ伏せで乗せ、タオルの片側をゆっくりと引っ張ります。家の中だと何度も方向転換しなくてはならないかもしれませんが、カーブのたびに転ばないようにすることでバランスをとる力がついていきます。引っ張るときは立膝か中腰だと、タオルが斜めになりすぎずに安全です。中腰だと大人も一緒にエクササイズになりますね(笑)。

今日はちょっと寒くてお外で遊べない、なんていう日に、ぜひ親子でコミュニケーションをとりながら遊んでみてはいかがでしょうか。

(理学療法士 加藤 真希)

ご来院時の問診変更のお知らせ

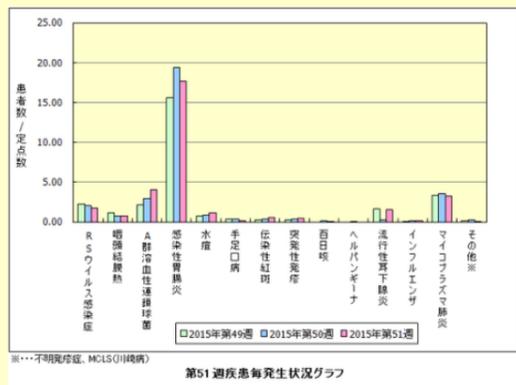
現在、ご来院の患者様には問診票をご記入いただき、看護師が状態をお伺いした後に診察という流れで対応させて頂いております。

しかし、冬季にはインフルエンザなどの検査が増えることが予想されるため、診察や検査などの円滑化を図りたいと考えております。

そのため平成28年1月から問診票の内容を変更し、問診票記入後はそのままお待ちいただき診察をするという流れで対応させて頂きます。

症状が重症な場合や、体温測定や体重測定などその他気になることがありましたら看護師にお声かけください。

八王子市の感染症発生状況



●引き続きマイコプラズマ・感染性胃腸炎が多くみられています。

手洗い・うがい・マスクの着用をしましょう。

感染性胃腸炎のときは、吐物や糞便の処理にも気をつけましょう。

えほんの紹介



「わにわにのごちそう」

文：小風さち 絵：山口マオ

えみんぐの看護師の中に“わにわに”シリーズのファンがいます♪

ちょっとリアルな見た目のワニの可愛い日常が描かれています。

(看護師 藤岡 由夏)

1月の診察予定

月	火	水	木	金	土	日
				1	2	3
				休診	休日診療	休診
4	5	6	7	8	9	10
野村 AM中村 PM小沢倫理	岸本 AM横山 PM小沢倫理	積田 横山	積田 PM小沢倫理	小沢浩 岸本	休診	休診
11	12	13	14	15	16	17
休診	岸本 AM横山 PM小沢倫理	積田 横山 AM中村	積田 PM小沢倫理	小沢浩 岸本	休診	休診
18	19	20	21	22	23	24
野村 AM中村 PM小沢倫理	岸本 AM横山 PM小沢倫理	積田 横山	積田 PM小沢倫理	小沢浩 岸本	休診	休診
25	26	27	28	29	30	31
野村 AM中村 PM小沢倫理	岸本 AM横山 PM小沢倫理	積田 横山 AM中村	積田 PM小沢倫理	小沢浩 岸本	休診	休診

* 1/2は休日診療当番日のため、レントゲン検査・点滴は行えません。

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。
(診察時間：30分)
● **金曜日14時～15時** (第2金曜日は休診)
担当：小沢浩 (小児科医)
● **第2・第4水曜日10時00分～11時30分**
担当：中村由紀子 (小児科医)
- **けいれん外来**
(診察時間：30分)
● **第2・第4水曜日9時～10時00分**
担当：中村由紀子 (小児科医)
* 不定期に休診となる場合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

予防接種のお知らせ

- インフルエンザワクチン予約受付中です。
実施日は平成28年1月8日までの
・毎週水曜日14時～15時
・毎週金曜日14時～17時
完全予約制となります。
詳細はお問い合わせください。
◆ 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

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