



Web版ふあまっぷ
www.city.nisshin.aichi.jp/~jido/famap/

小児科特集

やっぱり動揺してしまう、子どもの急な病気が怪我。
あわてて病院に駆け込みがちですがちょっと待って。
上手な受診の仕方を、医療法人財団愛泉会
愛知国際病院 井手初穂先生監修のもと、
3段階にまとめてみました。



STEP.1

子どもが病気や怪我になった時、パパやママはどうしたらいいのでしょうか?子どもたちの月齢や年齢、各自の体質などによって対処法も変わります。いざという時に慌てずに対処できるように、日頃から準備をしておくといいですね。子どもの平熱など健康なときの状態を知りましょう。子どもが病気になった時の症状や対応も合わせて記録しておくといいいでしょう。

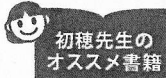
社団法人 日本小児科学会の子どもの救急
—おかあさんのための救急&予防サイト

<http://kodomo-qq.jp/>

1か月〜6歳までの子どもの夜間や休日などの時間外に受診するかどうかの判断の目安を提供しています。

『子どもの病気ワンポイントアドバイス』

発熱や下痢など、子どもが病気になった時の主な症状について対処法が分かりやすく紹介されているガイド紙です。小児科など医療機関で配布されているので、困った時の指標として一枚持っておくと便利です。



初穂先生の
オススメ書籍

赤ちゃんとお母さんの
医学書典 救急ママ
/松峯寿美
梧桐書院



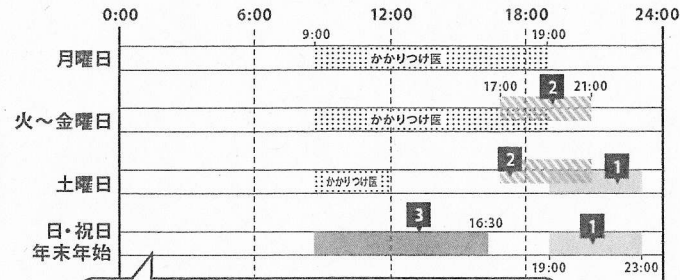
小児科の
お医者さんから
ママたちへ
/主婦と生活社



その他、市販の育児情報誌などの医療特集なども参考にするといいでしょう。なお、参考に
するサイトや書籍・リーフレット等はなるべく最近出版や改版されたものを選びましょう。

STEP.2

まずは気になる症状があれば、かかりつけ医の診療時間内に受診することを
おすすめします。それ以外の時間でも、これだけの相談、診療窓口がありますよ。



この空白の時間って不安になりますか? 大丈夫!
いずれかの病院で24時間受診できる体制は整っています。

1 小児救急相談

#8000又は
☎052-263-9909

休日等の夜間に、看護師(難しい事例は
小児科医)による保護者向けの小児救急
電話相談を実施しています。/土曜日・日
曜日・祝日・年末年始 19:00〜23:00

2 育児もしもしキャッチ

☎0562-43-0555

あいち小児保健医療総合センターが保
健師や助産師による育児相談、事故相
談、母子相談、予防接種等の相談を行
っています。/火曜日～土曜日(祝日、年末
年始を除く)17:00〜21:00

3 日進市休日急病診療所(内科・小児科)

☎0561-73-7555 / 日・祝日・年末年始 9:00〜16:30

●日進市医療機関案内(東名古屋医師会日進支部ホームページ)

<http://www.nissinsi-isikai.com/>

●ふあまっぷweb

<http://www.city.nisshin.aichi.jp/~jido/famap/>

体調が急変した時の相談先を、事前にかかりつけ医に聞いておくのもいいで
すよ。それまでの経過を知っている先生だと安心ですよ。

STEP.3

夜間・休日でも受診できる病院はありますが、幼児の場合発熱のみなら受
診を焦る必要はありません。かえって外気に触れて症状が悪化したり、別の
病気を拾ってしまう可能性があります。落ち着いて、子どもの様子を再度確認
し、受診すべきかどうかを判断しましょう。

ただし、赤ちゃんの場合は発熱だけでも受診が必要な場合があります。特
に新生児は、ちょっとした発熱でもすぐに受診しましょう。

小児科体験記

●4か月までは優先的に診てもらえる
病院がありますよ。院内で感染を防ぐた
めにも、とてもありがたい対応でした。
●慌て過ぎてどうしたらいいか分から
ない、一か八か保健センターに電話した
ら電話対応していただけて家庭での処
置方法や病院にかかる目安を教えてい
ただけで安心しました。子どものことと

なるとちょっとしたことで不安になっ
てしまうけど、電話で相談できるだけ随
分と救われます。●日曜日に診察して
もらえるところをみつけておくと安心で
す。●お薬手帳は作っておくと何かと便
利ですよ。ごくまれに薬の量や内容が
違ってたりすることがあるので、チェッ
クしておくといいいですよ。私も一度子

お医者さんへの上手なかかり方

まず小児科医を受診しましょう

子どもには、子ども特有の病気があります。ですから、できれば就学
前、せめて3歳までは小児科専門医を受診されることをおすすめしま
す。また、症状から何科を受診すればいいか解らない場合は、まず小
児科医に相談するといいでしょう。必要に応じて専門家に紹介しても
らえます。

病気になるなくても、健診、予防接種などを受けることでかかりつけ
医を作っておくといいでしょう。

受診するときのポイント

●いつからどのような症状が出てきたか、順を追ってメモしておきましょ
う。機嫌、食欲、排泄、睡眠についての記録も大切です。気になることや不
安なこともメモしておき聞き忘れないように。

●普段から、検温に慣れておきましょう。病院で興奮して正しく検温で
きないことがあります。子どもの平熱を知っていることも重要です。

●脱ぎやすい服装で受診しましょう。Tシャツや下着の股下のボタン
はあらかじめはずしておくといいいです。診察室に入ってからはずして
いると不安になって診察前に泣き出してしまい、診察が難しくなるこ
とがあります。

休診日前や夕方に「風邪かな?」と思った時

子どもの感染症の90パーセントは抗生物質投与の必要がない病気
です。時間経過で自然に治る病気がほとんどです。

ですから、早めに受診しても早く治るとは限りません。元気であれば、
慌てて受診する必要がないことも多いです。

ただ、子どもの年齢、体質などにより急に重症になる場合もあります。
日頃からの観察でママの勘を養ってください。

ママの勘を大切に、心配ならあまり迷わず早い時間帯にかかりつけ医
に受診しましょう。

監修・指導/医療法人財団愛泉会 愛知国際病院
小児科専門医 井手 初穂先生

救急医療情報センター
へ電話する際はメモと
エンピツを用意して!!

救急医療情報センター ☎0561-82-1133

かかりつけ医は診療時間外。相談窓口も時間外。そして子どもの病状に不安があり、
病院に連れて行きたい。そんな時は救急医療情報センターで最寄りの医療機関を
教えてくれます。受診前に、その医療機関に電話をして、症状やけがの程度を話
してからできるだけ早く向かいましょう。到着が遅くなる場合、何らかの都合でい
かない場合は必ず電話をしましょう。

もの薬の量の表示がいつもの約8倍の
量になっていて慌てて問い合わせたこ
とがあります。●時にはセカンドオピニ
オンもありたいと思う。●子どもと一緒に
何か起こるかわからないから着替え、オ
ムツは持っていくといいいと思います
(色々経験済み)。●高熱があっても元
気な息子。夜中に熱性痙攣を起こす。救

急受付のできる病院に電話して家族全
員で、病院では解熱剤はきちんと使って
といわれた。翌日小児科に受診すると熱
は上がりきらないと下から下からね
(医師によっては判断が異なるらしい)
と、原因は中耳炎。小児科医は中耳炎は
急になるからねとのこと。以後、鼻水咳
等があれば耳鼻科に行っています

PAPA★COLUMN パパコラム

「決断の瞬間」

まだベビーちゃんだと思っていた娘は2歳半を迎えた。好き嫌いなど、はっきり意思表示ができるようになった。その時の状況によって「どっちにしようかな」と考え、自分で選択をするようになった。今では自己主張も一人前だ。

娘は靴がとにかく好きらしい。好きなだけに、外出前に靴を選ぶ時は一騒動だ。半袖が気持ちのいい快晴の日、お気に入りのピンクウサギのついたビニールの長靴を履くと言い張って「ダメ」「いいの」「コッチね」「え〜ん」という涙のドラマ展開になることも度々だ。暑いから今日は別の靴にしよう。そんな理由はまだ通らない。一度「これ」と決めたら、なかなか決心は揺るがない。

おもしろいのは、娘が選択肢を目前に思考している過程が手に取るように見えることだ。暫く何やら神妙な表情で2つの靴を比べてバックルをいじったり、紐や飾りを触ったり、ちょっと履いてみたり。と、表情が一気に「パッ」と輝く。どちらの靴にするか、最終決定が下された瞬間である。

娘の小さな頭の中で何がどんな風になって何が決められるのか、その過程毎の表情を写真に撮って残したいが、捉えどころがない。心のアルバムにしか残せない、幻の一瞬なんだろう。



今月は
ボリシャ先生の
パパさんが
担当です

こそだて 絵日記

先天性の病氣を持って生まれた次女の手術のため私は次女に付き添って、人生初の入院をすることになった。無事に大手術が終わり、ICUに入室した次女に会った時は感謝の気持ちで涙が止まらなかった。でも、小児科病棟に戻ってからは色々大変だった。術後しばらくは一日おきのレントゲンに採血、毎日痰の吸引や検温、点滴のチェック、清拭、回診などなど息の休まる時がない。親のご飯は用意されないからコンビニフード(たまに差し入れ)、私が病棟から出るときは短時間しか許されないし、入浴はシャワーが主。話し相手は医療関係者の方がほとんど。それに全てが共同というのは、結構しんどかった。特に大部屋に移ってからは『音』にはすごく気を遣った。まだ6ヶ月の次女に理屈は通用しないから、深夜に大泣きしたり、逆に朝4時頃から起きて大声でおしゃべりしたり...そんな時はおんぶして、病棟の端の方をウロウロしていた。医療関係者の方は本当にすごく親切で良くてくれたし、かわいい子どものためだからこんなことぐらい...とは思ってたけど、それでもストレスは溜まっていった。

そんなある日、長女が私に手紙をくれた。字が書けるようになっていたことに驚いた。ドキドキしながら手紙を読む。紙いっぱいに書かれた大きな文字。

そこにはたどたどしい字で「まま がんばってね あーちゃん(長女の名)おてつだいします」なぜか無性に泣けてしまった。長女の気持ちが嬉しかった。

次女の出産により、私たち家族の生活はがらりと変わった。病氣をはじめ、次女にまつわる何もかもが私にとって初めての経験で、不安と戦いながら過ぎてきた。夫と励ましあい、上二人の子にはたくさん寂しい思いをさせたり、苦労もかけてきた。でも、次女の為にみんなで助け合ってきたことは家族の絆をより一層深めてくれた気がする。



離乳食紹介

お弁当にできる離乳食

〔献立〕 グラタン／里芋の煮物(かぼちゃや大根でもOK)
鶏ひき肉のハンバーグ／白身魚のソテー(タラなど)

○グラタンの作り方

人参(またはブロッコリー)を半月切にし、下ゆでしてアルミカップに入れチーズをのせ、オーブントースターで焼く。

○離乳食として食べさせるには...

初期は全部すりつぶした状態で食べさせる。

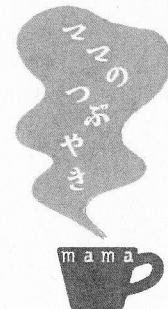
グラタンはスプーンの背でよくつぶして食べさせる。

中期は荒くつぶして食べさせる。後期はそのまま食べてもOKです。

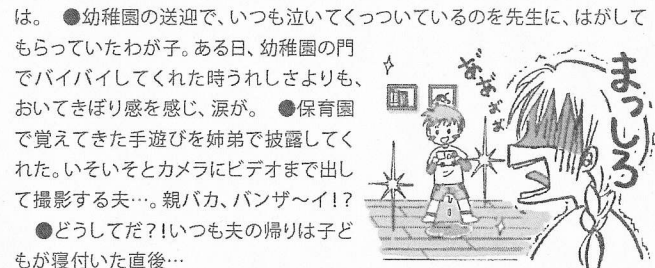
★夏場に向けてのお弁当の注意

お弁当箱の下に保冷剤を置いてご飯やおかずを詰めていくと、短い時間で冷めるので便利です!!

お弁当を持って行く時に凍らせたゼリーやドリンク剤と一緒に詰めても、保冷剤のかわりになってとっても便利です。



●コーヒー飲むのにお湯沸かす。沸いた頃には子どもが起床。あまたお湯が冷めていく。 ●多くは望まない。ただトイレくらいは一人で行きたい。 ●新築の床にあっさりおもらし。泣いた。 ●夫の対応を変えてほしいと思って変わらないので、自分が変わるしかないのかな...。 ●初めて挑戦した料理を「うん。おいしいよ。」と言ってくれた夫。でもさ、さっきからなんで料理の味が分らなくなるぐらいケチャップかけながら食べてるのさ? ●下の子が泣く。それ見た上の子も泣く。頼むからそんな嘔泣きはやめてくれ... ●やっと一息、時間は深夜...そんなもんだ子育ては。 ●幼稚園の送迎で、いつも泣いてくついているのを先生に、はがしてもらっていたわが子。ある日、幼稚園の門でバイバイしてくれた時うれしさよりも、おいてきぼりを感じ、涙が。 ●保育園で覚えてきた手遊びを姉弟で披露してくれた。いそいそとカメラにビデオまで出して撮影する夫...。親バカ、バンザ〜い!! ●どうしてだ?!いつも夫の帰りは子どもが寝付いた直後...



Q.「歯ミガキどうしてる?」

(ふあまっぷアンケートより)

A.

★テレビの歯ミガキの歌を歌うと、楽しそうに自分でモシモシ頑張った後に「おかあさ〜ん」と仕上げ磨きも素直にさせてくれます。テレビの真似をするのが好きなかな(山) ★イチゴ味のフッ素入り歯ミガキ粉を使うようになってからは、そんなに嫌がらなくなった。歯ミガキ後のキシリトールタブレットを食べるのも楽しみみたい。(杜) ★笑わせて、口が開いたスキにさっとみがく。(の)

★ババママがみがいているところを見て「あー気持ちいいなあ〜」と言って興味を引かせて、最初は少し強引にみがいてた。歯ミガキ粉に慣れてたみたいで、買ったあたりと楽しくなってきたみたい。(磯)

★歯が生え始めたころシリコンのものを使い、虫歯が出てくる絵本の読み聞かせをしたりした。嫌がっても歯ミガキをしないと虫歯になって痛いよー、と説明してみがきました。(古)

★ドラッグストアにある、歯ブラシの中からお気に入りの1本を買ってあげる。「○○ちゃんと一緒に歯をみがこうね〜」って喜んでるよ。(柑)

ふあまっぷ配布先リスト 《その2/香久山&北学区》

和伊菜	香久山薬局	こえだほいくえん
アンジュ	らっこらぶ	名古屋学芸大
香久山こどもクリニック	モンタボー(Mio香久山内)	岩崎郵便局
カガヤマ耳鼻咽喉科	COPIN(旧ビーステーション)	いわさき耳鼻咽喉科
		be-can-westhill
		託児所ことり
		ベビールームぽっぽ
		ちびっこランド竹の山

日進 図書館 情報

図書館じどう書架受付の後ろの棚にふあまっぷバックナンバーがファイリングされています。こちらも活用してくださいね!!

☎0561-73-4123

読み聞かせ・お話し

2〜3歳の幼児向け/毎週水曜午前11時〜11時20分
幼児〜小学校低学年向け/毎週土曜午後2時〜2時30分
休館日 6/1(火)〜11(金)※特別整理期間として
部分休館日(玄間ホール、1階会議室のみ開館)
6/14(月)、21(月)、28(月)

広報にっしんを 活用していますか?

毎月1日号の「子育てナビ」のページには、子育て情報が掲載されています。ぜひチェックして、活用してください。

にっしん子育てナビ 「ふあまっぷ」

【発行】日進市福祉部児童課

日進市徳甲町池下268 TEL/0561-73-1049 FAX/0561-72-4554

【編集】NPO法人ファミリーステーションRin&でんでんふあまっぷ

日進市岩崎町陸見63 TEL&FAX/0561-56-1150

e-mail/rin@npo-rin.net

◆発行部数/月刊2000部(毎月月初発行)

◆ふあまっぷは、市内公共施設、

ご協力いただける民間施設にて無料配布しています。

ふあまっぷに情報をお寄せでもOKというグループ、団体等を募集しています。ふあまっぷは、市内在住・子育て中の方で、でんでんふあまっぷが作っています。毎月編集会議を行っています。是非あなたも参加してください。お子様連れ大歓迎です。ファミリーステーションRinまでご連絡お待ちしております。

