

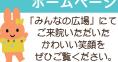
# わかやま・こどもクリニック

夜間 **90余** 

予防接種·健診

24 時間

受付代表 097-556-1556 発信専用 090-2968-1556





当院での出来事や ワクチン情報も 掲載します!



#### LINE@

流行情報・休診のお知らせ・ ワクチン不足や入荷など気になる 情報を LINE でお届けします。





梅雨から夏にかけて高温多湿になるこの時期は、食中毒が発生しやす くなり、喘息の発作が起きやすくなります。喘息で定期内服をしてい る方は、お薬が切れないよう早めに受診しましょう。また、1年で一番 紫外線が強い季節になりました。お子さまの紫外線対策もお忘れなく。 LINE@をご登録頂いている方へ、「日焼け止めサンプル」を差し上げてい ます。ご希望の方は受付までお声かけください。

# 中毒に注意

主な症状は、嘔吐、下痢、腹痛、発熱などで、血便が 出ることもあります。低年齢のお子さまほど気づくの が遅れ、抵抗力の弱い乳幼児は重症化し、ときに死に 至ることもあるので注意が必要です。下痢の回数が多 い、嘔吐や腹痛、発熱や血便など食中毒が疑われる症 状が出現した時には、速やかに受診をしてください。



紫外線を浴びると、日焼けして黒くなるだけでなく、 しわやシミなどの皮膚老化を早めます。また、将来皮 膚がんや目の病気を起こす可能性もあります。日焼け をしないように注意することは、大人だけでなくお子 さまが健康で過ごすためにもとても大切なことです。 赤ちゃんの頃から、紫外線対策を万全にしましょう。



#### 食中毒を防ぐために気を付けたいこと

~食中毒は細菌を 「つけない」「増やさない」「退治する」~

●手洗いをしっかり行う。

調理前や食材に触れた後、おむつ交換後などは、必ず手洗いをする。

- ●肉や魚などの生鮮食品や惣菜等は、長時間常温で放置せず、速やか に冷蔵庫へ入れる。
- ●古い食材、調理して時間が経過したものは食べない。
- ●梅雨~夏場は、できるだけ生ものをさける。 肉、魚料理はしっかり加熱する。特に肉料理は、中心部を 75℃以上 で1分以上加熱する。
- ●まな板、包丁などの調理器具は洗剤でよく洗った後、85℃以上の熱 湯を1分以上かけて殺菌する。



## 日焼けを防ぐために気を付けたいこと

~晴れた日だけでなく、曇りの日も注意が必要です!!

- ▶紫外線量が一番強い時間帯は、午前10時~午後2時。 できるかぎり、この時間帯に戸外で活動することをさける。
- ●外遊びは日陰を選んで遊ばせる。
- ●つばの広い帽子をかぶる。衣類は、肌の露出が少ないものを。 紫外線防止効果のある衣類も上手に活用しましょう。
- ●日焼け止めを利用する。ベビー用や子供用、低刺激性のものは、小さ いお子さまから使うことができます。薄くのばしてつけると効果が低 いのでしっかり塗る。使用後はきちんと石けんで洗い落とすことも大 切です。お子さまでも使える日焼け止めの中には、お湯だけでも落と せるものもあります。(サンプルあり)





# I'INF@のこ

病気の流行情報、臨時診療や休診のお知らせ、ワクチン不足や入荷などの情報をLINEでお届 -クやお盆、年末などの診療情報 (予約や混雑状況) もお知らせします



~皆さまにご登録をお願いしています!!~

皆さまにお伝えしたい情報は、「LINE@」にて一斉にお知らせします。

登録の確認が取れている方は、受付時のジャーナル(受付票の紙)の上部に「@」が 印字されています。マークが印字されていない方や確認のお声かけができていない方、 また、ご登録のプレゼントをまだお渡しできていない方は、受付までお申し出ください。 ※個別にお知らせする「予約の確認」「予防接種対象者へのお知らせ(年齢別や期限終了)」は、 今後もご登録アドレスへ、メールにてご連絡します。









# でいませんか

薄着になり、手足や身体の発疹が目立つ季節です。



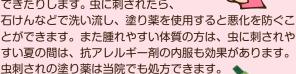
発疹は、かゆみを伴うものも多く、搔き崩すと悪化し広範囲に広がり治りが悪くなります。 搔き崩して悪化しないよう、爪も短く切り、皮膚を清潔に保ちましょう。

入浴時はお子様の全身チェックをする良い機会です。お子さまの身体にブツブツができてい ないかチェックをし、発疹を見つけたら少ないうちに早めに受診しましょう。



#### 虫刺され

●虫に対するアレルギーがあると、 刺されたところが腫れたり水疱が できたりします。虫に刺されたら、





◆「日本脳炎」は蚊を介して感染します。 日本脳炎の接種がまだの方はお早めにお済ませください。 生後6か月から接種が可能です。(公費接種)

#### 水イボ(伝染性軟属腫)

●水イボは皮膚と同じ色の発疹です。発疹の中にはウイル スがいるので、掻いてイボがつぶれると身体の他の部位に ウイルスがついて、増えてしまいます。タオルの共用やプー ルで感染が広がるため、水イボがあるとプール遊びができ なくなることがあります。

広範囲に広がると治療が大変になりますので、水イボを見 つけたら少ないうちに受診しましょう。

## 手足口病

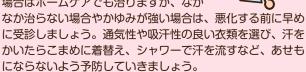
●ウイルス感染により、手のひらや指、 足の裏、口内に複数の水疱ができる病気 です。最初に口内炎ができ、その後手や 足に水疱や薄いピンク色の発疹ができます。1週間ほどで 治りますが、髄膜炎や脳炎をおこすこともあるので、発疹 に気が付いた時にはすぐに受診しましょう。枯れるまでは

### とひび(伝染性膿痂疹)

●「飛び火」のようにあっという間に広がります。湿疹や虫 刺され、擦り傷に菌が感染しておこる感染力が強い皮膚病 です。かゆみがあるため掻き崩し、すぐに広がるため早め の治療が必要です。軽い場合は消毒や塗り薬で治りますが、 ひどくなると抗生剤の内服や点滴が必要になります。水疱 のあとが乾くまでは入浴を控えシャワーだけにし、かさぶ たが取れるまでは人にうつすのでプールも入れません。

#### あせも

●汗腺にあせやほこり、あかがたまって 炎症を起こします。かゆみを伴う小さい 赤い発疹で、肌一面に広がります。軽い 場合はホームケアでも治りますが、なか



#### (みずぼうそう (水痘)

●全身に水疱のある発疹ができます。腹部、 背中といった身体の中心部から手足に発疹 が広がっていきます。発疹は2、3日でピー

クとなり、その後枯れて黒いかさぶたになってきます。感 染力が強いため、発疹がかさぶたになるまでは隔離が必要



◆水ぼうそうにかかりはじめの人と接触して2、3日以 内に水ぼうそうワクチンを接種すると、発症せずに済む か、かかっても軽くすみますので、予防接種をしていな いお子さまはすぐに受診しましょう。



## 予防接種履歴の入力ができます

 $\bullet \hspace{0.1cm} \bullet \hspace{0.1cm$ 

●他院で接種した予防接種歴も入力することができます。(当院で実施し た予防接種歴は自動で入力されます)接種済の予防接種がすべて入力さ れていると、他の予防接種の「接種可能日」や「接種期限(公費)」が近 づいた時に、登録されているメールアドレス宛にお知らせが届きます。 受け忘れを防ぐことができますので、ぜひご利用ください。



#### 予防接種履歴の入力方法

- ①「予約メニュー」画面
- ②「予防接種履歴」を選択
- ③診察券番号と生年月日を入力
- ④「OK」を押す



# 栄養相談のご案内

感染力があるので隔離が必要です。

毎週水曜日●14時~15時半

対象●1歳3ヶ月までのお子さまを お持ちの方



栄養士による無料栄養相談を行っています。

ミルクや離乳食のサンプル等もお渡ししていますので是非、 ご利用ください。事前予約制ですが、予約に空きがあるときは 当日でも相談が可能です。当日はお子さまの身長、体重の計測 を行いますので、母子手帳の持参をお願いします。





6月 7日(金) 小学校健診のため午後は15時から診療

6月14日(金) 小学校健診のため午後は15時から診療

6月23日(日) 小児科休日当番医のため17時まで診療

6月28日(金) 1歳半健診のため午後は15時半から診療

7月15日(月) 祝日のため休診

