

2020年
4月発行
第122号

わかやま・こどもクリニック

キャロット
通信

わかやま・こどもクリニック



大分市明野北 1-7-10
受付代表 097-556-1556
発信専用 090-2968-1556
折り返しのお電話は受付代表へお願いします。

ホームページ
「みんなのひろば」にて
ご来院いただいた
かわいい笑顔を
ぜひご覧ください。
<https://wakayama-kodomo.com/forum/>

わかうさ日記
当院での出来事や
ワクチン情報も
掲載します！
<https://wakayama-kodomo.blogspot.com>

LINE 公式アカウント
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。
友だち募集 ID: @jnd6346k

この春から、初めての集団生活を送るお子さまや、新しい生活をスタートするお子さまも多いことと思います。この時期は、季節の変わり目や環境の変化で体調を崩しやすくなります。今流行している感染症もご心配なことと思います。感染予防に留意し、十分な栄養と休息を心がけて体調管理に気を付けて過ごしましょう。

ゴールデンウィーク

5月2日(土)～6日(水・祝)は、**休診**になります。
お薬切れのないよう、早めに受診をお願いします。

予防接種を受けましょう！

新年度のこの時期に、
母子手帳を確認してみましょう。

公費（無料）で受けられる予防接種には、それぞれ接種期限があるので注意が必要です。体調がよいときに早めに接種を済ませておきましょう。どの予防接種が受けられるかわからない時は看護師、受付スタッフへいつでもご相談ください。

当院ですべて接種されている方は、履歴を確認しすぐにお答えすることができますので、お電話でのご相談も可能です。当院で予防接種を受けたことのないお子さま、カルテのない兄弟姉妹の方も母子手帳をお持ちいただければお答えすることが可能です。お気軽にご相談ください。

予防接種管理に

とっても
便利！

ネット予約システムを
活用しましょう！！

1 現在、接種可能な予防接種が表示されます。

複雑な予防接種のルールがわからなくても、お子さまの接種歴や前回接種との間隔を自動計算し、接種可能なワクチンの種類と実施可能日が表示されるので予防接種の予約が簡単にできます。

2 忘れやすい予防接種は、接種可能な年齢になったらメールでお知らせします。

接種可能時期が近づくと、メールでお知らせします。また、接種期限切れ間近にもお知らせします。当院以外で接種されたワクチンも接種歴に入力して頂くと、現在接種可能な種類が表示されます。

3 ワクチンの不足情報をメールでお知らせします。

ワクチン不足時には、早めに予約を入れて頂くことにより、優先してスムーズに接種することができます。

4 予約前日（当日）にメールでお知らせします。

先の予約を取られている方は、うっかり忘れを防げます。

新年度予防接種のご案内

MR2期：対象 2021年4月に小学校へ
入学予定のお子さま

2014年（平成26年）4月2日～
2015年（平成27年）4月1日生まれ

2020年4月1日～2021年3月31日までの1年間、
公費の対象となり無料で接種が受けられます。

また1歳～2歳でおたふくかぜワクチンを接種している
お子さまは、MR2期と同時期に2回目の接種をおすすめ
しています。2回接種を受けることで、確実な免疫をつ
けることができます。1回目の接種から長期間空いてい
るお子さま、成人の方も接種が可能です。おたふくかぜ
は任意接種のため有料です。
（小学生以下のお子さまは、子育てほっとクーポンの利用可）

Q：スムーズに確実に予防接種を受けるには
どうしたらいいでしょうか？

A：予防接種の履歴を確認してみましょう！

当院の予約システムは、当院で受けた予防接種
はもちろん、他院で受けた予防接種の履歴
も入力できます。正しい履歴を入力しておく
ことで、お子さまに合わせた予防接種の時期
をお知らせする便利なシステムです！

予防接種の履歴入力方法

①予約メニューの「予防接種履歴」を選択して、
診察券番号とお誕生日4桁（例：0503）を入力
してください。

こちらからどうぞ。

QRコードを「ビュッリ」



<https://bit.ly/2WBj3l4>

②母子手帳をみながら正しい予防接種履歴を入力
して行きましょう。

③「もうすぐ接種できる時期になります」
「もうすぐ無料で接種できる時期が終わります」
等のメールをお送りします。

予防接種
「うっかり忘れ」防止
メールサービス

わかやま
こども
クリニック

新型コロナウイルス感染症について

新型コロナウイルスの感染が大分にも広がり、拡大しています。

新型コロナウイルス感染症とは、ウイルス性の風邪の一種で発熱や喉の痛み、咳が長引くことが多く、強い倦怠感を訴えることが多いのが特徴ですが、症状が現れない方や軽微な方もいます。飛沫感染と接触感染によりうつるとされており、感染から発症までの潜伏期間は、現段階では2～12.5日間といわれています。



当院では、
感染予防対策を行っています。
ご協力をお願いします。

マスクの着用



37.5℃以上の発熱がある方、咳がでている方にはマスクの着用をお願いしています。乳幼児のお子さまにもマスクの着用をお願いしていますが、どうしても着用ができないお子さまは、鼻と口をガーゼやタオルで常に覆うようにしてください。また、受診される方だけではなく、一緒に来院されている方で上記の症状がある皆さまにもお願いいたしますのでご協力をお願いします。マスクをお持ちでない場合は、受付に一部準備しています。当院では、乳幼児のお子さまにもマスクをしていただけるよう、キャラクターマスクを常時準備しておりましたが、現在入荷困難な状況です。マスク不足の状況により、在庫切れの場合もありますので、マスクの準備をお願いします。

こまめな手洗い・手指消毒薬の活用



院内の、皆さんが手を触れる箇所やソファなどはこまめに消毒し清拭を行っています。
また、皆さまにもご利用いただけるよう、自動ドア前にはアルコール消毒、トイレ内には薬用ハンドソープを設置しています。ご利用ください。

密集・密接・密閉空間を避ける

当院の待合室は、吹き抜けのある広い空間を確保していますので、感染に配慮した構造になっています。現在は、窓の一部を常時開放し、また定期的にその他の窓も開放し換気を行っています。寒い箇所もあるかと思いますがご理解いただき、ご心配な方はブランケットなどをお持ちください。また、院内での滞在人数・滞在時間を最小限にするよう配慮しています。そのため、院外（車など）で待機をお願いする場合もありますのでご協力ください。院内には、ウイルスに効果のある空気清浄機を設置し、乾燥する時期には加湿器を設置しています。

新型コロナウイルス感染症が疑われる方、本人やご家族が「①2週間以内に海外へ渡航歴がある方」「②感染が疑われる方と濃厚接触がある方」は保健所に相談後、受診をしていただくようお願いします。

保健所相談窓口（24時間対応）[tel:097-536-2222]



当院では、新型コロナウイルスの検査及び診断、治療は行っておりません。

* 新型コロナウイルス感染症についての詳細は、以下を参照にしてください。

厚生労働省ホームページ
「新型コロナウイルスに関するQ & A（一般の方向け）」

<https://bit.ly/3bgmFB7>

東北医科薬科大学病院「新型コロナウイルス感染症
「市民向けハンドブック」

<https://bit.ly/3duTKLM>



便秘のおはなし



春は進学、進級と新しい生活が始まるシーズンですが、環境の変化は子どもにとって大きなストレスです。園に慣れるまで園のトイレで排便できなかったり、小学校でトイレに行くことを嫌がりやまんしたりしていると、便秘になってしまいます。おなかの中にながれず、腹痛や嘔吐の症状にもつながります。

便秘にならないために・・・

1

朝、登園登校する前に、
自宅で排便する習慣をつける。

3

バランスのよい食事を摂り、
水分補給もしっかり行う。

食材や汁物で水分補給するのもよいです。食材に含まれる水分やビタミン、酵素は便秘を解消する効果があります。

2

食物繊維の多い食品を摂る。

バナナ、リンゴ、アボカド、トウモロコシ、ブロッコリー、ほうれん草、ごぼう、さつまいも、レンコン、こんにゃく、ヒジキ、寒天、プルーンなど。食物繊維は便をやわらかくする効果があります。また、ヨーグルトや納豆、キムチなどの発酵食品やオリゴ糖も整腸作用があるので、あわせて摂ると効果的です。

栄養相談のご案内



毎週水曜日の14時～15時半まで、栄養士による栄養相談を行っています。1歳3ヶ月までのお子さまには、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。

今後のスケジュール

4月29日（水・祝） 休診

5月2日（土）～5月6日（水）

祝日のため休診

！ 毎日排便があっても、十分に排便されているとは限りません。

コロコロとした便ではないか、量が十分出ているかをしっかり確認しましょう。腹痛や吐き気、嘔吐などの症状が出ている場合は、便が腹部にたまっていることが多いです。診察時のお腹の触診で便がたまっている場合は、浣腸を実施し排便をうながすと症状が改善する場合があります。

