

こどもクリニックニュース

NO. 178 平成26年11月1日発行
ともながこどもクリニック

院長の予定（平成26年12月まで）

11月	7日	(金)	3ヶ月健診	加須・保健センター
	19日	(水)	1才半健診	加須・保健センター
	28日	(金)	3・9ヶ月健診	騎西・保健センター
12月	1日	(月)	2才健診	騎西・保健センター
	19日	(金)	3・9ヶ月健診	騎西・保健センター
	24日	(水)	9ヶ月健診	加須・保健センター

これらの日は午前の受付を12:00前に締め切ることがあります。また午後の診療開始時間が多少遅れることがあります。

休診の予定

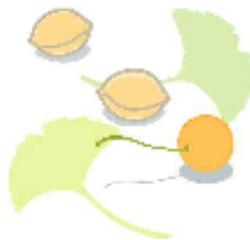
勝手ながら下記の日程で年末年始の休診といたします。

12月28日（日）～1月4日（日）

今季はカレンダーの都合上、8連休となります。ただし、休日診療当番日の午前中は診療します。

上記期間の中で、当院の当番日は1月3日（土）です。

通常の水曜日は、一日休診です。



感染症の情報

10月は一部の保育園や幼稚園でおたふくかぜが流行しましたが、それ以外はとりたてて目立った感染症流行はありませんでした。

これから年末にかけて胃腸炎の流行が予想されます。また水痘やインフルエンザも毎年冬に流行する病気です。1歳と2歳のお子様に対し、水痘ワクチンの公費接種が始まりましたが、3歳以上のお子様も、できれば2回の接種がすすめられています。有料接種になりますが是非ご検討ください。

手洗いはすべての感染症の予防に有効ですし、咳が出たらマスク着用などの「咳エチケット」をお願いします。

冬のスキンケア（私のおすすめ）

冬は空気が乾燥するため、お肌の乾燥もつよくなります。乾燥肌や湿疹で困っている方は皮膚科専門医を受診するのが一番良いですが、軽い場合はまず以下のような事を試みてはいかがでしょうか。

(1) 石鹸やシャンプーは控えめに

石鹸やシャンプーは「油分」を取り除く効果があります。お肌を潤す「皮脂」も落としてしまいます。

(2) お肌を強くこすらない

タオルでもガーゼでも、お肌を擦れば擦るほど、お肌の表面には多少とも傷がつかます。目には見えない傷であっても、痒みや湿疹の原因となります。

(3) 保湿剤は「白色ワセリン」

様々な保湿剤やスキンケア用品がありますが、お肌の乾燥を防ぐだけなら「白色ワセリン」（通称ワセリン）で十分です。ワセリンはほとんどのドラッグストアで手軽に購入できるし、口で舐めても眼に入っても無害です。高価な商品を買う前に試してみることをお勧めします。

★ワセリン保湿のワンポイントアドバイス

「塗った後のベトベト感」が嫌だという方が多いです。確かにその通りです。そこでお勧めの一工夫。ワセリンを塗り終わってベトつく部分を、布タオルやキッチンペーパー、ティッシュペーパー等で優しく拭いて、余ったワセリンを取り除いてください。

これでベトベト感がほとんど無くなり「シットリ感」だけが残ります。皮膚の小さなくぼみにワセリンがしっかり残っているので保湿効果は変わりません。一日に何度か繰り返してみてください。



小児科休日診療の予定

平成26年11月～27年3月までの当番一覧です。
 元旦を除くすべての日曜・祝日で実施されます。
 平成26年

月	日	曜日	当番医
11月	2日	(日)	加藤こどもC
	3日	(月)	福島小児科医院
	9日	(日)	中田病院
	16日	(日)	ともながこどもC
	23日	(日)	つのだ小児科医院
	24日	(月)	中田病院
	30日	(日)	福島小児科医院

月	日	曜日	当番医
12月	7日	(日)	加藤こどもC
	14日	(日)	中田病院
	21日	(日)	ともながこどもC
	23日	(火)	福島小児科医院
	28日	(日)	中田病院
	30日	(火)	つのだ小児科医院
	31日	(水)	つのだ小児科医院

平成27年

月	日	曜日	当番医
1月	1日	(木)	-
	2日	(金)	中田病院
	3日	(土)	ともながこどもC
	4日	(日)	つのだ小児科医院
	11日	(日)	中田病院
	12日	(月)	加藤こどもC
	18日	(日)	福島小児科医院
	25日	(日)	中田病院

月	日	曜日	当番医
2月	1日	(日)	ともながこどもC
	8日	(日)	福島小児科医院
	11日	(水)	つのだ小児科医院
	15日	(日)	加藤こどもC
	22日	(日)	ともながこどもC

月	日	曜日	当番医
3月	1日	(日)	福島小児科医院
	8日	(日)	つのだ小児科医院
	15日	(日)	ともながこどもC
	21日	(土)	加藤こどもC
	22日	(日)	福島小児科医院
	29日	(日)	ともながこどもC

診療は9:00～12:00です。

当番は変わることがありますので、ご利用の際は、加須市の広報誌やホームページなどで最新情報をご確認ください。

インフルエンザワクチン 実施中です

インフルエンザワクチンの接種回数は、
 生後6ヵ月～13歳未満の方は2回、
 13歳以上の方は1回が標準です。

2回接種の間隔は、最低2週間以上あけること、できれば4週間が望ましいと言われています。接種するタイミングはインフルエンザの流行パターンを考慮し、年内に2回目の接種を完了することが推奨されています。ワクチン接種を希望される方は、そろそろ初回接種を開始することをお勧めします。

当院は「完全予約制」です。電話での予約も可能ですが、接種当日の予約はできません。通常診療の時間帯にも接種していますが、やはり予約制です。

土曜日午後に、インフルエンザワクチン専用の時間帯を設けていますので、是非こちらをご利用ください。



当院のホームページ



<http://tomonaga-kodomoc.jp>

このクリニックニュースもご覧いただけます。

クリニックニュースの無料郵送サービスもしています。

郵送をご希望の方は、受付でお申し込み下さい。

反対に現在郵送サービスを受けている方で、「ネットで読めるから郵送は不要」という場合は、ご連絡いただければ幸いです。



こどもクリニック

加須市下高柳 1633-1

TEL 0480-66-4150