



## キャストの ほのぼの日記



### 目次

- ☆「日本外来小児科学会」に参加しました  
.....かどわき、はた、すがい、たくさ、いしはら
- ☆クリニックからのお知らせ  
.....休診、診療カレンダー、栄養相談、もぐもぐ広場
- ☆順番取りシステムi-Callのおすすめ利用法
- ☆夜間や休日に熱がでた！どうする??
- ☆ぽよぽよ先生のプチ日記  
.....「東京おのぼりさん紀行」

## 『日本外来小児科学会』に参加しました

8月24日～26日に開催されました『第28回日本外来小児科学会年次集会』に参加したキャストの感想をご紹介します。



私はワークショップとセミナーに参加させていただきました。

ワークショップでは、

かどわき 「ワクチンの接種漏れを減らす工夫」「予防接種の間違い防止策」について学びました。

今、接種するワクチンが増えています。みなさんにもっと安全に、かつ漏れなく接種していただけるように、学んだ事を活かしていきます。

セミナーでは「神経発達症（発達障がい）」について学びました。早期診断、早期介入が大切な事、保護者をはじめその子にかかわる周りの方も対応スキルを身につける大切さを知りました。

今回、情報交換することで日本全国の小児科スタッフの方々と情報交換ができ、大変良い経験になりました。



今回の学会ではワークショップとセミナーに参加してきました。

はた 今回学んだ2つのセミナーのお話をご紹介します。

「睡眠不足」

子どもの睡眠不足が年々増えている。夜遅くまで起きている子どもが増えている。原因は、塾やスポ少、またはゲームやスマホ、パソコンだそうです。

睡眠不足が続くと作業効率が落ちたり、ミスが起きたり、成績の低下にもつながります。

自分も夜遅くまで起きていることが多く、今回の講演を聴いて改めて睡眠の大切さを知ることが出来ました。

「ゲーム依存症」

ゲーム依存の症状、診断基準や治療など聴くことができました。ギャンブルなどと同じく止めようと思っても止めることが出来ない、コントロールすることができない状態になることをゲーム依存といいます。不登校など問題もできます。

「お子さんがゲームをやりすぎで困っている保護者さん」のお役に立てればいいなと思います。



私は今回ワークショップとセミナーに参加させていただきました。

いしはら

セミナーでは「予防接種率をどう上げるか？接種率向上につながる予防接種業務での工夫」など、改めてワクチンで予防できる病気に対する必要性を学ぶことができました。

ワークショップでは、「前向き子育て十か条を活用しよう」に参加しました。3グループに分かれて子育てについての悩みを話し合い、多くの親御さんが共感できる前向きな言葉を考えリーフレットを作成しました。

今後、子育ての悩みについてのご相談などに活かしていきたいと思っています。



☆当院は院内報ネットワークの事務局をしています。



展示を希望されました19施設の院内報を展示させていただきました。



私は今回、初めて学会へ参加させていただきました！

2つの講演と小児救急のワークショップに参加致しました。

その中でも特に印象深かった「こどものくつ～選び方とはき方の教育～」をご紹介します。

子どもの靴で悩んだことはありませんか？子どもが好きなキャラクターのデザインのものを購入したり・・・すぐきつくなってしまうから、ちょっと大きめを選んだり・・・ちょっと大きめって具体的に何cmが適切なのでしょうか？7mm～1cmつま先が空いているとちょうど良いそうです。

自己流の判断で靴を選んでしまうと、生涯の足の形に影響を及ぼしてしまうそうです・・・日本の学校には靴教育がなく、大人も子どもも靴の正しい知識を得る機会がないため、靴選びで悩んでいる人が実に大勢おり、その解決策も取られていないのが現状だそうです。

今回、「なぜ靴教育が必要なのか」、「靴の選び方・履き方の基礎知識と親子への指導法」を学び、まさに目からウロコ！！でした。

今後、ニュースレターや院内でお伝えしようと思います。



私は、ポスター発表をすがいと一緒にさせていただきました。

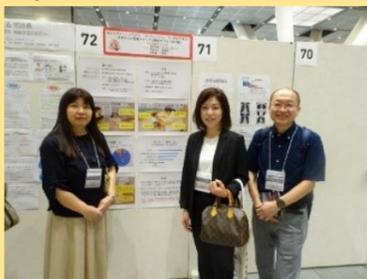
たくさ タイトルはあなたのクリニックにも「コンシェルジュ」はいかがですか？～患者さんと医療スタッフと院長をつなぐ架け橋～

コンシェルジュを導入して3年が経ち「認知度」「患者様との関わり」「ご要望」等アンケート調査を行い結果をまとめて発表致しました。

アンケート結果からコンシェルジュは医師や看護師より患者様のより身近にいてクリニックの目指している【患者様に寄り添う医療】の充実に貢献していることがわかりました。

これからもコンシェルジュのお志事（お仕事）を確立していきたいと思っています。

ポスター発表は院内に掲示をしておりますので、ご覧下さい。



# クリニックからのお知らせ

## 栄養相談

10月19日(金)  
11月16日(金)  
予約が必要です。キャストに  
声をおかけください。

## もぐもぐ広場



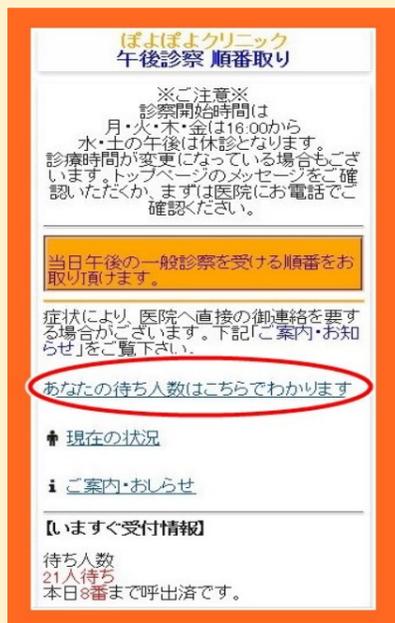
【離乳食教室】  
離乳食のおはなしや実際にデモンストレーション  
を行い試食もあります。  
講師は管理栄養士 伊藤孝子先生  
(当院の栄養相談の先生です)

第7回：10月17日(水) 14:30~16:00  
第8回：11月 7日(水) 14:30~16:00

予約が必要です。キャストに  
声をおかけください。

October 10 平成30年 2018							診療カレンダー							November 11 平成30年 2018						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
30	1 大受	2 赤口	3 先勝	4 友引	5 先勝	6 仏滅								28	29	30	31	1 友引	2 先勝	3 仏滅 文化の日
			午後休診			午後休診														
7 大受	8 赤口 休日の日	9 先勝	10 仏滅	11 大受	12 赤口	13 先勝								4 大受	5 赤口	6 先勝	7 友引	8 仏滅	9 大受	10 赤口
			午後休診			午後休診											午後休診 もぐもぐ (予約制)			午後休診
14 友引	15 先勝	16 仏滅	17 大受	18 赤口	19 先勝 栄養相談 (予約制)	20 友引								11 先勝	12 友引	13 先勝	14 仏滅	15 大受	16 赤口 栄養相談 (予約制)	17 先勝
			午後休診 もぐもぐ (予約制)			午後休診											午後休診			午後休診
21 先勝	22 仏滅	23 大受	24 赤口	25 先勝	26 友引	27 先勝								18 友引	19 先勝	20 仏滅	21 大受	22 赤口	23 先勝 動物感謝の日	24 友引
			午後休診			午後休診											午後休診			午後休診
28 仏滅	29 大受	30 赤口	31 先勝	1	2	3								25 先勝	26 仏滅	27 大受	28 赤口	29 先勝	30 友引	1
			午後休診														午後休診			
4	5	6	7	8	9	10								2	3	4	5	6	7	8

## 順番取りシステムi-CALLのおすすめ利用法



- ①「あなたの待ち人数はこちらでわかります」をクリックします。
- ②取られた番号の横に、あと何人目かがわかります。

設定をされている方は、電話通知、メール通知は13番前に届きます。i-CALLの順番取りの画面に  
**あなたの待ち人数はこちらでわかります**というところがあります。これをクリックしていただくと、自分の番号があと何人目かが一目でわかります。左記の画面を定期的に更新して、現在の状況をご確認ください。

**順番が近くなりましたら、余裕をもって院内へお越しください。**  
(13番以内で順番をお取りになった方、非通知に設定された方は、通知設定ができません。診療状況をご確認いただき、順番が近くなりましたら院内へお越しください。)

※13番進むのにおおよそ1時間程度かかる見込みですが、診療の状況等で変化することがございますのでご了承ください。



## ぽよぽよ先生のプチ日記

### 「東京おのぼりさん紀行」

8月末に日本外来小児科学会に参加した機会に  
「東京おのぼりさん」をさせていただきました(^^) /

今回は銀ブラ中心にお届けします☆\*.。o(≧▽≦)o。.\*☆

- (1) 歌舞伎座の裏の白金(プラチナ)屋さん  
こぶりないなり寿司の表面がちょっとあぶってある  
最近テレビでも取り上げられておられた名店です(\*^ω^\*)  
「表面を焼くと旨味が増すのです！」  
これは何の験担ぎでしょうか？  
はいっ、答えは、「焼くが美味い」つまり、歌舞伎役者さんへ「役がうまく行くように」という験担ぎだそうです！
- (2) 歌舞伎座は前を通過するだけ(^◇^)
- (3) そのほか、東京駅、駅地下、などなど(^◇^)  
暑くて汗だくでした。



## 夜間や休日に熱が出た！どうする??

### ★冷やす?暖める?

発熱後まもなくは顔が青白く、手足が冷たく震えていることがあります。これを、「悪寒」と言います(けいれんではありません)。このような時は、毛布などで暖めてあげてください。  
冷やすのは熱が上がりきった時です。氷枕や保冷剤などで、頭やわきの下、もものつけ根を冷やしましょう。本人が嫌がるようなときは、無理に冷やさなくても良いでしょう。

### ★食事は?

熱が高いと食欲がなくなることがあります。消化の良い物を与えましょう。もしも全く食べられないようなら、水分補給を心がけてください。お茶や水だけでは糖分塩分が入っていないので、低血糖や塩分バランスをくずすことがあります。経口補水液やジュース、スポーツ飲料などをこまめに飲ませてあげてください。

### ★解熱剤は使っているの?

以前もらった解熱剤をお持ちの方は、体温が38.5℃以上でぐったりされたり、不機嫌な時には使用して良いでしょう。6時間以上あければ再度使用してもかまいませんが1日3回までです。本人以外に処方された解熱剤は、体重によって使用量が変わりますので、使用は避けてください。

### ★インフルエンザかも?

インフルエンザの検査は、発熱が38℃以上になってから数時間以上経過しないと検査できません。水分が摂れて機嫌がよいようなら、平日の診療時間まで待たれても良いでしょう。

### ★救急外来を受診してもいいの?

救急受診の目安をお話しします。  
①3か月未満で38℃以上の発熱。  
②視線がおかしい、おかしい動作をする、ぐったりして眠りがち。  
③水分が全く飲めなく、おしっこ量が減っている様子がある。  
④初めてのけいれんをおこした。  
5分以上のけいれんをおこした。  
けいれんを起こした後意識がもどらない。

救急車を呼んでも良いでしょう。

