

小児科ニュースレター

春ですね～。新年度の始まりですね。入園、入学のお子さん、仕事を始めたお母さん、みんな、みんな、おめでとう！新しい毎日が、わくわく楽しい一日でありますように！ 当科もスタッフが変わり、新たなスタートとなりました。ニュースレターのデザインも変えてみました。実は、大学生の娘（長谷川の）が手伝ってくれました。子どもって、いつの間にか親を追い越しているんですね。みなさんのお子さんにも、お父さん、お母さんと同じようにできるようになったこと、もっと上手にできるようになったことが、きっとあるはず。見つけてあげてください。

■お父さん、お母さんにお勧めの本■

小児科スタッフが、読んで「ためになった」「元気が出了」「楽しくなった」本のなかから選んでご紹介しています。本は、外来中待合の本棚に置いてあります。ご自由にお読みください。



『働くこと育てること』 落合由利子（草土文化）2003年

10 数年前に発行された古い本で、ちょっと黄ばんでいますが、テーマは普遍。作者は私(長谷川)が雑誌の編集者であった時の仕事仲間、写真家の落合由利子さん。ご自身も 2 人の子どものお母さんです。働きながらの子育ては、たいへんなことや辛いこともある。それを乗り越えられるのも子どもたちがいるから。いつの時代も変わらない家族の素顔を見て、私も頑張ろうと思えます。

■春の花粉症■

眼のかゆみ、鼻づまり・鼻水、くしゃみ、頭痛などの症状で受診されるお子さんが増えています。風邪かなと思っていても、なかなか治らない時、日によって辛さが変わる時、眼がかゆかったり赤くなったりしている時、花粉症かもしれません。我慢せず、お薬をのんで治しましょう。

■感染症情報■

3 月後半、地域で流行していた感染症は、感染性胃腸炎、インフルエンザ、溶連菌です。現在当科では発熱、嘔吐、咳症状の子が目立っています。
★外来入り口の壁面に、長野県内、上越地域の感染症情報についての掲示を始めました。

■当科では下記のような、赤ちゃんの健康と子育て全般についての相談も受け付けています■

- ・これから赤ちゃんが生まれるけど、今から心配なこと、教えてもらいたいことがある。
- ・生まれたばかりの赤ちゃん、おっぱい足りているのかな？ 体重は増えているのかしら？
- ・お兄ちゃんお姉ちゃんが赤ちゃんがえり？ どう接したらいいの？
- ・楽しみにしていたはずの育児なのに、疲れちゃって、どうしていいかわからない。
- ・孫の世話をしているが、「今の子育て」について教えてほしい。
- 内容によって自由診療（保険適応外）となる場合があります。●予約は小児科受付まで



■ニュース■

「外来にキャラクターグッズはおきませ～ん！」と言っていた先生が、突然、黄色いゆるキャラ妖精を連れてきました！ ??? 何かな？ どこにいるかな？ みつけた子は教えてね。



外来時間のご案内

受付時間		月	火	水	木	金
午前	8時15分 - 11時30分	○	○	○	○	○
	診療開始は8時45分					
午後	1時 - 2時	/	/	/	/	/
	2時 - 3時	予防接種 (予約制)	相談外来 (予約制)	相談外来 (予約制)	予防接種 (予約制)	/
	3時 - 3時30分	○	/	/	○	/
	3時30分 - 4時15分	/	/	○	/	/

【4月の休診】

7日（午後） 14日午前・午後

21日（午後） 23日（午後）

4月～6月は、園や学校の内科検診のため、休診が多くなります。相談外来、予防接種外来の予約日が限られていますので、早めにご予約ください。

