

♡ えみんぐ ♡ 通信

島田療育センターはちおうじ こどもクリニック えみんぐ Vol.10 2012.5.30発行

🌸 こんにちは！えみんぐです!!

6月といえば梅雨ですが、梅雨に多い食中毒のことについて少しお話ししたいと思います。食中毒は1年中発生しています。が、やはり湿度・気温ともに高く、細菌の増殖しやすい梅雨の時期は、細菌性食中毒が多発する傾向にあるので、これからの季節は油断大敵です。ご家庭でも、お子様やご主人にお弁当を作る機会が多いと思いますが、愛情を込めて作ったお弁当が原因で大切な人が食中毒になったのでは悲しいですね・・・。

そこで、予防のポイントをまとめてみました。

- 料理に使う材料は低温で保管しましょう。
- 除菌スプレー、アルコール消毒などもおすすめです。
- 手洗い励行。人間の手にも細菌がいます。調理の前後はもちろん、食材を触った後は、必ず丁寧に手を洗いましょう。
- 特に切り傷がある場合、調理時には手袋を着用しましょう。
- 食品の中心部まで熱が通るように、しっかり加熱しましょう。
- 調理後の料理は低温で保管しましょう。一般に細菌は37度前後が発育の温度ですが、10度から60度までは細菌が増殖します。したがって、お弁当を作る時は、この温度を避ける調理が大切

です。加熱する際は65度以上を、保存する場合は5度以下の冷却が重要となるようです。

さて、梅雨と言えば「あじさい」が綺麗に咲く時期でもあります。

そこで、花コトバを調べてみました。

「ひたむきな愛情」「辛抱強い愛情」などが挙げられています。

えみんぐのスタッフは、あじさいの花コトバと共通するなぁと自負しています。

(受付 神山元美)

～自己紹介～

えみんぐの受付神山です。八王子生まれ八王子育ちのO型です。

家には小学生の女の子2人と、保育園児の男の子がいますが、えみんぐでも、患者さん一人一人の母の気持ちで、みなさんが少しでも「ホッと笑顔」になれるように努めていきたいと思っています。

これからもよろしくお願ひします。



🌸 病気のとのお風呂

熱があるとき

熱が高くてつらそうなときは、お風呂はひかえましょう。熱が一時下がったときに、汗をさっと流してあげると、気持ちがいいでしょう。

咳や鼻みずが出ているとき

顔色がよく、食欲や元気もある場合は、咳や鼻みずがでていても、お風呂に入って良いでしょう。

お風呂と新陳代謝

咳や鼻みずが続くからと、何日もお風呂に入らないのは、アカがたまり皮膚の呼吸によくありません。新陳代謝を刺激したり寝つきをよくするなどの効果がありますから、なるべく入れてあげましょう。



(日本外来小児科学会より)

絵本の紹介

かいじゅうたちのいるところ



モーリス・センダックさく じんぐうてるおやく

かいじゅうたちのいるところ

モーリス・センダック作 神宮 輝夫訳 富山房発行
子どものファンタジーの世界をちゃんと表した作品です。

作者は今年5月83歳で亡くなりましたが、魂はこの本に息づいています。

いまから50年前、この絵本が出た時はかなりの物議を醸したようです。しかし子供たちに支持され国際アンデルセン賞を受賞しました。絵本の古典です。

(福祉相談科 松山 容子)

6月の診察予定

月	火	水	木	金	土	日
				6/1 小沢浩 雨宮	6/2 休診	6/3 休診
6/4 小沢愉理 AM横山	6/5 小沢愉理	6/6 相崎 PM木実谷	6/7 小沢愉理	6/8 小沢浩 雨宮	6/9 休診	6/10 休診
6/11 小沢愉理 AM横山	6/12 小沢愉理	6/13 相崎 PM木実谷	6/14 小沢愉理	6/15 小沢浩 雨宮	6/16 休診	6/17 休診
6/18 小沢愉理 AM横山	6/19 小沢愉理	6/20 相崎 PM木実谷	6/21 小沢愉理	6/22 小沢浩 AM雨宮	6/23 休診	6/24 休診
6/25 小沢愉理 AM横山	6/26 小沢愉理	6/27 相崎 PM木実谷	6/28 小沢愉理	6/29 小沢浩 雨宮	6/30 休診	

※ 6月から月曜日の午前中の診察と予防接種を横山先生、木曜日の乳児健診を太田先生が担当します。2診体制となります。宜しくお願いします。

外来診療のお知らせ

4月から新しい外来が始まっています。

● こども相談外来

金曜日 14時～15時

(第2金曜日は休診)

担当：小沢浩 (小児科医)

お子さんのこと、何でもご相談ください。

● けいれん外来

金曜日 11時～12時

担当：雨宮馨 (小児科医)

* 不定期に休診となることがありますのでご了承ください。

◆ 予約制になりますのでお電話でお問い合わせください。

TEL：042-634-9559

島田療育センターはちおうじ

こどもクリニック えみんぐ



TEL：042-634-9008

〒193-0931 東京都八王子市市町4-33-13

(八王子市小児・障害メディカルセンター内)

(HP) www.shimada-ryoiku.or.jp/shima8

🌸 予防接種のお知らせ

● ロタリックスの予防接種行っています。

その他各種予防接種行っています。

◆ 予防接種は完全予約制になりますのでお電話でお問い合わせください。

TEL：042-634-9008