

# ♡ 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.25 2013.8.31発行

## 🌸 こんにちは！えみんぐです!!

皆様初めまして(?)看護師の豊島です。

7月からこちらの外来、そして通所に勤務しています。以前八王子小児病院にもいたことがあり、その時の懐かしいお顔にも会え、とてもうれしく思っています。

自己紹介をということですが、年齢はすみません、書く勇気がありません。娘には厳しく、息子にはかなり甘い母親です。この4月に息子は就職し、家を出たため、私は毎日涙して暮らしていました。密かにメールも待っているのですが、いっこうに届きません。育て方を間違えたのでしょうか？

血液型はO型です。そのせいかおおらかというか、大雑把というか、毎日地道にコツコツとか、計画的に物事を考え行動するということができませぬ。終わりをよければ全てよしの人間です。

我が家では、旅行する時は、A型の夫が旅のしおりなるものを作成します。出発時間から、昼食を摂るお店、集合時間まで細かく計画を立てます。それを一つずつ打ち砕くのがO型の私です。

苦手なものは、階段、坂道、マラソンです。出勤時には3階まで必死に登っています。不機嫌な顔をしていても、機嫌が悪いわけではありません。どうぞ声を掛けて下さい。精一杯の笑顔で答えたいと思います。

こんな私ですが、適度な緊張を持ち、楽しく仕事をしていきたいと思っています。どうぞよろしくお願ひ致します。



(看護師 豊島 智子)

## 🌸 熱の測り方

いつ何度くらいあったか、は大切な情報です。忘れないでメモしておいて、主治医に教えてください。

体温はわきの下で測ります。いつも同じところで測ってください。

### ●電子体温計で測るとき

電子体温計の先をわきの下にきちんと入れて測りましょう。

最初のブザーは予測値です。そのまま測り続けると実測値になります。

### ●健康な子どもの体温

体温は1日中同じ温度ではありません。朝は低めで、夕方は高めです。

運動をしたり食事をしたあとは、体温が高くなります。

赤ちゃんは厚着や暖房などの影響で高く測れてしまうことがあります。おかしいなと思ったら、しばらくしてもう一度測ってみましょう。

### ●熱がある？平熱？

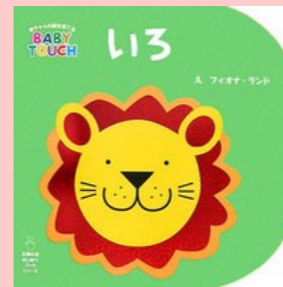
平熱がどのくらいかを知っておきましょう。元気なときに1日4回(朝、昼、夕方、寝る前)、食事前の安静な状態での体温を測ります。

平熱より1℃以上高ければ、熱があると考えてよいでしょう。



正常体温(わきの下)  
乳児36.3~37.4℃  
幼児36.5~37.4℃  
学童36.5~37.3℃

## 絵本の紹介



「いろ」

フィオナ・ランド著/編集 主婦の友社出版

手のひらサイズの見ても触って楽しい絵本です。可愛いサイズなので持ち運びにも便利です。他にも色々なシリーズが出ているようです。

(看護師 藤岡 由夏)

## 9月の診察予定

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

\*毎週金曜日の雨宮医師の診察は16:30までとなります。

16:30からは野村医師の診察となります。

※9/23は休日診療当番日の為、点滴・レントゲン検査は行えません。

## 外来診療のお知らせ

●こども相談外来  
お子さんのこと、何でもご相談ください。

金曜日14時~15時

(第2金曜日は休診)

診察時間: 30分

担当: 小沢浩(小児科医)

●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

## 🌸 予防接種のお知らせ

●インフルエンザワクチン接種を10/23~1/10の毎週水曜日14時~15時、毎週金曜日14時~17時に行います。

予約は9/24から承ります。

◆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

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 東京都八王子市台町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](http://www.shimada-ryoiku.or.jp/shima8)

