

♡ 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.33 2014.4.30発行

東京都内で麻疹（はしか）の患者数が増えています。麻疹とはどんな病気でしょうか。

麻疹の感染経路は、空気感染（麻疹ウイルスを吸い込むことで感染する）が多く、飛沫感染（患者から排泄されるウイルスが口から出るつばなどのしぶきを介して拡がる）や接触感染（ウイルスが付着した手で口や鼻に触れる）もあり、免疫を持っていない人が感染するとほぼ100%発症します。

症状は、感染してから約10日後に38度程度の発熱や咳、鼻水といった風邪のような症状が2～3日続いた後、39℃以上の高熱とともに発疹が出現します。肺炎、中耳炎を合併しやすく、患者1000人に1人の割合で脳炎が発症すると言われています。

かつては小児のうちに麻疹に感染し、自然に免疫を獲得するのが通常でした。今まで一度も麻疹の予防接種を受けていない人がいます。さらに、麻疹ワクチンの接種率の上昇に伴って麻疹の患者数が減り、麻疹ウイルスにさらされる機会が減少しました。そのため、幼少時にワクチンを接種した場合でも免疫が強化されず、時間の経過とともに免疫が徐々に弱まってきている人がいて、大人になって感染する例が目立ってきました。

麻疹ワクチンの予防接種が有効です。また、麻疹の患者さんに接触した場合、72時間以内に麻疹ワクチンの予防接種をすることも効果的であると考えられています。接触後5、6日以内であればγ-グロブリンの注射で発症を抑えることができる可能性があります、安易にとれる方法ではありません。

（小児科医 小沢 愉理）

専門スタッフの子育てアドバイス♪

「体遊びはイイね！がいっぱい」

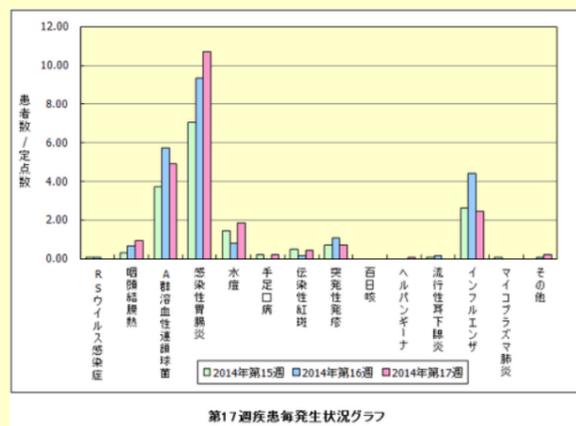
前は体遊びをしようというお話をしましたが、今回は「体遊び」にはたくさんの「イイね」が詰まっているという話をしたいと思います。

体遊びがお子さんの『体力や基本的な運動能力を培う』ということは皆さんがピンとくることだと思います。よく「寝る子は育つ」と言いますが、体を動かして疲れてよく寝る事で『健康な体や健康を維持するための生活習慣が作られる』ことにもつながりますし、お子さんが『意欲的に物事に取り組む心』も育てられます。お子さんが体を動かすと多くのことを実際に体感できて、上手くできたこともダイレクトに感じられます。「できた！」という達成感だけでなく「僕・私はできるんだ！」という感覚（自己有能感）にもつながります。そして“もっとやりたい”という『意欲的に取り組む心』が生まれるのです。さらに、遊びの中でお友達や大人と関わっていくと『協調性やコミュニケーション能力』も育っていきます。遊んでいる中で色々な物を見て、聞いて、触ったりして五感をフルに使っていくと、〈言葉の力〉や〈考える力〉の発達も基盤にもなります。

このように、体遊びには“イイね”がいっぱいです。お子さんの健やかな成長のため、ぜひ日々の中に取り入れていただきたいです。

（作業療法士 松尾 美穂）

八王子市の感染症発生状況



● 感染性胃腸炎が流行しています。

感染性胃腸炎は、アルコール消毒では感染予防が不十分です。

念入りの手洗いを心がけて下さい。

吐物などが付着した物には次亜塩素酸での消毒が効果的です。

🐰 こんにちは!!えみんぐです!!

こんにちは。岸本です。

北国で生まれ育ち、これまで宮城、群馬、長野で仕事をしていましたので、冬はスキーをする機会が多く、今年のオリンピックではフィギュアと同じくらいアルペン競技を応援していました。金メダル、素晴らしかったですね。

もう一つの趣味がジョギングです。一度、仲間に誘われて長野県小布施町の「小布施見にマラソン」に参加したことがあります。歩いてもゴールできるから、と言われたのがきっかけなのですが、とても面白い大会で、住宅の狭い路地、栗林の中（大きな栗が有名です）、田んぼのあぜ道など、「ここは道だろうか?」というコースを走りながら、小布施を「見る」ことが大会の醍醐味です。また、給水所の他に、1kmごとに応援団があり、楽器を演奏したり、歌ったり、踊ったりしていて、その姿は本当に楽しそうで、次はどんな応援団なのだろう、そこまで走ろうかな、というのを繰り返しているうちになんとかゴールしました。参加する前は21km走るなんてと思っていましたが、応援団や沿道の人を楽しんでいる様子を見ると、苦しさもなんとなく楽しさとなり、終始笑っぱなしの参加となりました。苦しいことも応援団がいたら、楽しみに変わることもあるのかもしれない。ちなみに小布施には有名なワイナリーがあり、給水所ではワインがふるまわれていたのですが、私は運転手だったので、飲むことができませんでした。こうした楽しみが満載のマラソン大会、またいつか参加したいと思います。（小児科医 岸本 洋子）

5月の診察予定

月	火	水	木	金	土	日
			1 小沢愉理 PM横山	2 小沢浩 AM岸本	3 休診	4 休診
5 休診	6 休診	7 雨宮 PM横山	8 小沢愉理 PM横山	9 小沢浩 岸本	10 休診	11 休診
12 小沢愉理 野村	13 小沢愉理	14 雨宮 PM横山	15 小沢愉理 PM横山	16 小沢浩 岸本	17 休診	18 休診
19 小沢愉理 野村	20 小沢愉理	21 雨宮 PM横山	22 小沢愉理 PM横山	23 小沢浩 岸本	24 休診	25 休診
26 小沢愉理 野村	27 小沢愉理	28 雨宮 PM横山	29 小沢愉理 PM横山	30 岸本	31 休診	

※4月から水曜日と金曜日の診察予定が変更になっています。ご注意ください。（けいれん外来の時間・曜日変更となります。）

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**
水曜日14時～15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

● 追加接種など接種忘れはありませんか？
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

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