

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.65 2017.2.28発行

便利グッズ

毎日休みなしの家事育児、本当にお疲れさまです。さて今回は私が愛用している便利グッズをご紹介します。それは「牛乳パック」です。我が家では洗って切り開いた牛乳パックが常備してあります。お肉などの生ものや油っこいものなどを切るときは、まな板代わり。切った具材はパックの折り目を利用するとお鍋にも入れやすいです。切り終わったら洗わずにそのまま捨てられるので便利です。

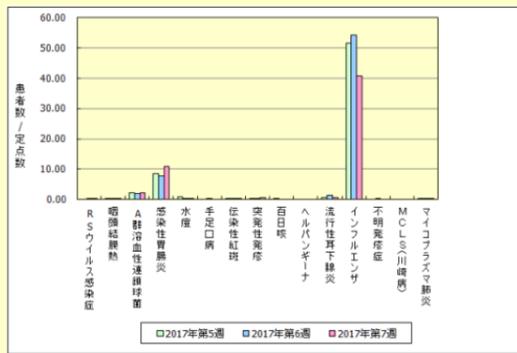
その他に使えるのがクッキー作りの際の「型ぬき」。子どもと一緒にお菓子作りをすると、あれこれ倒したりこぼしたりあちこち汚したり…。後片付けの大変さを思うと腰が重い。。。ということありませんか？なので簡便さが重要！でも、型ぬきをするのにまな板ではなくつつくし、打ち粉は粉があちこち舞い散って掃除が大変だし、クッキングシートはズレたり丸まったりしてやりにくいし…。でも、牛乳パックならお手軽で片づけもラクチン！切り開いた牛乳パックの内側（白い方）を上にして、そこでコネコネ、好きな形を作ったり型抜きをしたりすると、打ち粉をしなくても生地がくっつかずやりやすいです。また、型抜きし終わった生地たちを並べておくこともできます。そしてなにより後片付けが簡単、捨てるだけ。その他、牛乳パックを細長く切って好きな形にして輪っかにすれば、クッキーの型を作ることもできます。「わざわざ買うのなあ」「こういう型は売っていないしなー」という方はオリジナルの型を作ってみるのもいいかもしれませんね。

(言語聴覚士 山形暁子)

八王子市の感染症発生状況

インフルエンザは減少傾向ではありますが、人数は多い状況です。

手洗い・うがい・マスクをしっかりとって予防に努めてください。



第7週疾患発生状況グラフ

えほんの紹介



「アンダーアース・アンダーウォーター地中 水中図鑑」

作：アレクサンドラ・ミジェリンスカ

ダニエル・ミジェリンスキ

地球の奥が楽しくのぞけます♪

大人も楽しめる1冊です!!

(看護師 藤岡 由夏)

お知らせ

野村医師と積田医師の退職に伴い、4月から診察予定が変更になっていきますのでご注意ください。

3月下旬も変更が多くなっておりますのでご了承ください。

3月の診察予定

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

4月の診察予定

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

*3/27野村医師は休診となり、中村医師の代診となります。

*3/29小沢浩医師は午前休診となります。

*3/29積田医師は午後休診となり、中村医師の代診となります。

*3/30積田医師は休診となり、小沢愉理医師の代診となります。

*4月以降月曜日の11:00~12:00は中村医師がこども相談外来のため、小沢愉理医師の診察となります。

*4/17小沢愉理医師は休診となります。

外来診療のお知らせ

●こども相談外来（診察時間：30分）
お子さんのこと、何でもご相談ください。

●水曜日14時~15時（第2水曜日は休診）
担当：小沢浩（小児精神科）

●月曜日11時~11時30分
11時30分~12時
担当：中村由紀子（小児科医）

●けいれん外来（診察時間：30分）

平成29年3月までは

●月曜日9時~9時30分
10時~10時30分

担当：中村由紀子（小児科医）

平成29年4月からは

●金曜日14時~15時

担当：大澤麻記（小児科医）

*不定期に休診となる場合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

●日本脳炎ワクチンが不足しています。
接種期限が近い方やリスクの高い方を優先させていただきます。

◆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