

# しろやぎさんからの手紙

## 病児の保育しろやぎさんのポシエツ

2025年04月 NO.104

志村けんさんが亡くなってから5年が経ちました（命日は2020年3月29日）。私たちはコロナ禍から多くのことを学びました。COVID-19の様な新興再興感染症はこれからも度々私たち人類の脅威となることでしょう。ワクチン忌避など深刻な問題もありますが、それでも、こども達の明日の明るい笑顔を守るために、今できることから始めていきましょう♪



### << 百日咳の流行 >>

4月1日に国立健康危機管理研究機構が、国内で百日咳の感染者が急増していることを発表しました…。今年に入ってからの感染者数の累計は4100人で、すでに昨年1年間の感染者数を超えています。那珂市周辺地域でも2月末以降、中学生の間で拡がりを見せている百日咳の感染拡大が収束しません。4月最初の1週間で、これまで感染者が確認されていなかった中学校の生徒さんや、春休み中に学童保育を利用しておられた小学生に新たに感染者がみつかっています。那珂市内で検出された百日咳菌について国立感染症研究所で解析を行った結果、MRBP（MLs耐性百日咳菌）であると判明しています。この菌は百日咳の第1選択薬であるクラリスロマイシン（クラリス・クラリシッドなど）やアジスロマイシン（ジスロマックなど）の効きがよくないことが知られています。

百日咳はPCR検査やLAMP法といった即日で結果が判明する確定診断検査が実施できる医療機関に限られることや、3種混合あるいは4種混合ワクチンをすでに受けたお子さんの場合、酷い咳が続く以外、百日咳の典型的な症状がでにくいことなどから、診断されない方が多数おられることが推定されます。学童保育や習い事などの場で学校の垣根を越えてすでに感染が広がっていることが危惧されます。早期に小中学生間での感染拡大をストップして、感染すると重症化する乳幼児年齢層への感染拡大を阻止することが最重要課題で、ひたひた保健所も関係諸機関と連携して対策を強化しておられます。

那珂キッズクリニック小児科では診断精度が高く即日で診断可能なPCR検査で百日咳の診断を行っています。小中学生・高校生で、酷い咳嗽症状等でお困りの方はご相談ください。

◇出席停止期間  
百日咳の場合、『特異な咳が消失するまで、又は5日間以上の適正な抗菌薬療法が実施されるまで』出席停止となります。

### << BioFire SpotFire R Panel >>

BioFire SpotFire R Panelでは、インフルエンザや新型コロナウイルス等の病原体をPCR検査で調べます。インフルエンザや新型コロナウイルス以外にも、ロタウイルス・パライノウイルス・ヒトメタニューモウイルス・アデノウイルス・RSウイルス・ヒトライノウイルス/インフルエンザウイルス・マイコプラズマニューモニエーラ・百日咳菌・百日咳菌の感染の有無を1回のPCR検査で全て判定することができます。

※この検査の対象となるのは、小学生以上の方（大人を含みます）です。



**百日咳に注意しましょう!**  
茨城県感染症情報センター 029-241-6552

**百日咳ってどんな病気?**  
百日咳は、百日咳菌（*Bordetella pertussis*）によって引き起こされる急性呼吸器感染症です。特有の発症性（咳）が特徴で、小児を中心に発生しますが、特に生後6か月以下の乳児では重症化しやすいことが知られています。

**症状は?**  
① 潜伏期（約2週間）  
7～10日程度の潜伏期間の後、風邪症状で始まり、徐々に咳の回数が増え、咳の程度も強くなります。  
② 咳（け）の発症（約2～3週間）  
特有の発症性（咳）の発症（咳）が特徴で、小児を中心に発生しますが、特に生後6か月以下の乳児では重症化しやすいことが知られています。  
③ 回復期（約2～3週間）  
徐々に咳の回数や強さが減り、発症から2～3か月で回復します。

**感染経路は?**  
主な感染経路は飛沫感染・接触感染です。患者の咳やくしゃみなどのしぶきに含まれる細菌を吸い込んだり、手指を介して自分の鼻や口に触れることで感染します。

**予防するには?**  
手洗いの励行や咳エチケットなどの基本的な感染対策が重要です。また、百日咳の予防には予防接種（5種混合ワクチン等）が有効です。生後2か月から予防接種法に基づき定期接種を受けることができるため、計画的に接種しましょう。

**百日咳に注意しましょう!**  
茨城県感染症情報センター



|              |                |                            |
|--------------|----------------|----------------------------|
| RSウイルス<br>   | 季節性コロナウイルス<br> | ヒトメタニューモウイルス<br>           |
| パライノウイルス<br> |                | ヒトライノウイルス/<br>エンテロウイルス<br> |

### << スギ花粉症 “治す治療法” シダキュアを用いた舌下免疫療法 >>

花粉症は舌下免疫療法で“治すこと”ができる疾患となりました。ゴールデンウィーク明けから今年もシダキュアを用いた舌下免疫療法の新規導入をはじめます。お父さんお母さんと一緒に治療可能です。シダキュアは天然物であるスギ花粉を原料として製造される医療用医薬品です。鳥居薬品株式会社では増産に取り組んでおられますが、他の医薬品とは異なり、一気に増産できるお薬ではないため、昨年は長期に渡り欠品し、新規治療開始希望者へのお薬の供給が滞りました。今季治療開始をご希望の方は受付にてWaiting Listにご登録ください。順番に投薬治療を開始させていただきます。シダキュアを用いたアレルゲン舌下免疫療法は5歳以上の方が対象です。舌下免疫療法により根本的な体質改善が期待できます。アレルギー症状を治したり、あるいは完全に症状を抑えられない場合でも、症状を和らげて治療薬の使用量を減らす効果が期待できます。



シダキュア製造工程と増産体制構築に向けた取り組み



鳥取県智頭杉神社

### << 溶連菌感染症がふえています >>

春から夏にかけて流行する溶連菌感染症が増えています。主に“のど”に感染して、咽頭炎や扁桃炎といった病気を引き起こします。嘔吐や腹痛で発症することがある他、伝染性膿痂疹（とびひ）や感染誘発性蕁麻疹などの原因誘因となることがあります。溶連菌感染症は、咳や鼻水が出ないことも特徴の1つです。感染してから2～5日の潜伏期間を経て発症します。溶連菌の感染率は同僚間で20～60%、親子間では約20%と言われています。抗菌薬を飲み始めると1～2日で症状が改善します。抗菌薬を飲み始めて24～48時間以上経過して症状がなくなるまでは保育園や学校は出席停止になります。



### << 子どもの近視 >>

近視は、近くのはっきりと見える一方で遠くのがぼやけて見える屈折異常です。緑内障や網膜剥離等の他の眼科疾患の危険因子となる事が知られています。小さい頃からスマートフォンやパソコン、ゲームなどが身近にあり、近くばかりを見ていると、目の形も近いところが見えやすくなるように変化してしまうため、近視が進むといわれています。

京都大のグループの研究では、国内での新規発症率は8歳がピークで、3～8歳では経年的に増加傾向にあるそうです。進行を抑制する目薬（低濃度アトロピン点眼薬による点眼療法）が国内で初めて薬事承認されたほか、適度に目を休ませることや、外で遊ぶ時間を増やして1日2時間ほど日光を浴びることが有効的だと報告されています。

### 子どもたちの近視を防ぐための生活習慣

文部科学省の資料から

#### 1 外で過ごす時間を増やす

- ・1日2時間は屋外で過ごすことよい
- ・無理のない範囲で外遊びを積極的にとり入れ、太陽の光を浴びる（ただし強い光を避け、なるべく木陰や建物の陰で）



#### 2 近い所を見る作業で注意!

- ・対象から30センチ以上、目を離す
- ・30分に1回は20秒以上目を休める
- ・背筋を伸ばし、姿勢をよくする
- ・部屋を十分に明るくする
- ・使う機器の明るさを適切に調節する



|                       | 市 内  |       | 市 外  |       |
|-----------------------|------|-------|------|-------|
|                       | 未就学児 | 就学児以上 | 未就学児 | 就学児以上 |
| 溶連菌                   | 3    | 2     | 2    | 3     |
| インフルエンザA              |      | 1     |      | 1     |
| インフルエンザB              |      | 4     |      | 5     |
| アデノウイルス               |      | 3     | 1    |       |
| ヒトメタニューモウイルス          | 1    | 12    |      | 7     |
| マイコプラズマ               |      | 3     |      | 2     |
| RSウイルス                |      | 9     | 2    | 4     |
| ノロウイルス                | 2    |       |      |       |
| 带状疱疹・水痘               |      |       |      | 2     |
| ヒトライノウイルス<br>エンテロウイルス |      | 55    |      | 13    |
| 季節性コロナウイルス            |      | 9     |      | 4     |
| 伝染性紅斑(りんご病)           | 7    |       |      |       |
| 百日咳                   |      | 3     |      | 2     |
| COVID-19(成人含)         |      | 24    |      | 13    |

### << 带状疱疹ワクチン >>

那珂キッズクリニック小児科では、おじいちゃんおばあちゃんを対象とした带状疱疹予防ワクチンの接種を行なっています。ワクチンを接種する目的は、带状疱疹を予防するためですが、米スタンフォード大のチームが英科学誌『ネイチャー』に発表した研究では、带状疱疹ワクチン接種後の7年間で高齢者の認知症の発症リスクが20%減少したとのことです。带状疱疹は、過去に感染して体内に潜んでいた水痘(水ぼうそう)の原因ウイルスが引き起こします。加齢などで免疫が低下するとウイルスが再活性化して、赤くて痛い発疹や水疱が带状疱疹にでます。日本人では、50代から带状疱疹の発症率が高くなり、80歳までに約3人に1人が带状疱疹になると言われ、子ども達に感染させてしまうと罹った子どもは水痘を発症してしまいます。



带状疱疹ワクチンは2種類あります。  
詳しくは『しろやぎさんからの手紙 2024年5月 no.93』をご覧ください。

しろやぎさんからの手紙 2024年5月 no.93

おじいちゃん・おばあちゃんへの接種をご希望の際は、お電話(TEL029-212-5630)でご予約下さい。

### << つくしちゃんも卒園式に参列! >>

ARINKOMURAの第10回の卒園式。3月末の暖かい春の日にARINKOMURAを巣立っていった20名の園児さん、おめでとうございます! 緊張した面持ちで、一人ひとり卒園証書を立派に受け取りましたね。卒園式の会場で卒園児の後ろには毎日送り迎えをしてくださったお父さんお母さん、保護者の方と共に子ども達の成長を見守らせていただいた保育スタッフ、そしてその後ろには・・・正装したつくしちゃん! つくしちゃんもみんなの門出を一緒にお祝いしました! 卒園児のみなさん、夢を大切にしてくださいね。



### << 地球観測衛星の現在地を見てみよう! >>

種子島宇宙センターから打ち上げた人工衛星は今、どこにいますのしょう!? 現在、JAXAが運用している地球観測衛星は8つ。この8つの場所や軌道をリアルタイムで見ることができるコンテンツが公開されています。国際宇宙ステーションは日本上空を通る時に夜空に光の点がスーッと動いていくのを肉眼でも見ることができちゃいますよ。春の夜、夜桜と一緒に地球観測衛星も観察してみたいかがでしよう。



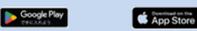
きぼうをみよう!



地球を見守る人工衛星たち



クリニック向けQRコード決済アプリ「玉円ペイ」でキャッシュレスでのお支払いがご利用いただけます。ご利用には、アプリのダウンロード、会員登録、銀行口座の登録が必要です。会計時にご自身のスマートフォンでQRコードを読み取り、金額を入力していただくことで、お支払いが可能となります。



「玉円ペイ」アプリのダウンロードはこちら→



ご不明な点は医事受付スタッフにお声かけください

### しろやぎさんのお部屋から “いちご狩り”

みんな大好き!甘くて美味しい!いちごを作って、いちご狩りをしました。丸めた花紙を入れた透明なポリ袋を縛って、黒いシールを貼ったら、いちごのできあがりです。大きいいちごをたくさん作って、しろやぎ農園のいちごハウスでいちご狩り!1つ1つ「これは甘そう!」「これはちょっと酸っぱそう!」と言いながら丁寧に収穫していました。自分で収穫したいいちごはとても美味しかったです。



### “イースター”

「うさぎさんが大好きなんだ」と言っていたお友達とうさぎさんのイースター作り!色んな色でスタンプして作ってみました。マスキングテープも使って、カラフルで素敵なおうさぎさんが出来上がりました。2025年のイースターは4月20日です。春の訪れを祝う祝祭の日でもあります。春らしいカラフルな色合いの可愛いうさぎをモチーフにお部屋の装飾を楽しんだりしてイースターを楽しみましょう。



### “おすすめ絵本”

#### 「パンじいじのパン」

パンジーむらのパンじいじはパンを作ることが大好き。みんなの好きなものをなんでもパンにしてくれます。かたつむりさんには雨あがりのような爽やかな薫りのしずくのパン。ちょうちょうさんにはお日さまの匂いがるふわふわのくものパン。じゃあ、パンじいじの好きなパンって一体なんだろう?想像力が刺激され、優しい世界をぎゅっと小さな絵本に詰め込んだ一冊です。



#### 「ともだちいっぱい」

保育園・幼稚園に入園して初めてお友達ができる頃のこと子ども達に読んであげたい一冊です。「ともだちのともだちはともだち」友達の輪がどんどん広がっていきますように!子ども達の世界の中で築いていく人間関係を、この絵本のような広い心で、そっと見守ってあげたいと感じます。



那珂キッズクリニック小児科 HP

こどもホスピスねむの木の下で...



病児の保育 “しろやぎさんのポシェット”

#### 問い合わせやご相談は

那珂キッズクリニック小児科 病児の保育 しろやぎさんのポシェット  
Tel : 029-212-5630