

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ット

2025 年 07 月 NO.107

映画「フロントライン」が公開されました。未知のウイルスを前に、危険に曝される状況にありながらも、「やるやらないじゃなくて、必要とする人がいるなら自分たちがやるしかない」。コロナ禍の医療従事者の想いを映像で広く伝えていただけることに感謝したいと思います。PCR 検査を担当した当院でもいろいろなドラマがありました。院長自身、コロナ対応をはじめにあたり、我が子にひと言伝えました。「わかってるよ。どうせやるんでしょ。なにがあっても私たちは大丈夫だから。」子どもに言われたその応えを胸に私たちは今日も皆様の前に立っています。是非、映画「フロントライン」をご覧ください。

<< 百日咳の流行が続いています >>

感染者の多くは10代の子供達で、家庭内で兄や姉から乳児にうつることが懸念されています。感染防止にはワクチン接種が重要です。乳幼児に早期に五種混合（四種混合）ワクチン(無料)の接種を行うことが最も大切です。任意接種（有料）として三種混合ワクチンの追加接種も有効です。MR ワクチン接種時に同時接種したり、二種混合ワクチン接種のかわりに三種混合ワクチンを接種する等の対策が可能です。ご希望の方は看護師にご相談ください。



確定診断は培養検査か PCR 検査もしくは LAMP 法検査で行います。那珂キッズクリニック小児科では左記機器を用いた PCR 検査で百日咳菌の検出を行っています。「詳しくは3月4月6月号の百日咳の項をご参照ください。」

<< 小学校 6 年生になったら子宮頸がんワクチン（ヒトパピローウイルスワクチン）を接種しましょう >>

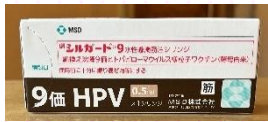
子宮頸がんのほとんどはヒトパピローウイルス（HPV）というウイルスの感染が原因です。

日本人女性のうち、子宮頸がんにかかる割合は約1人/80人です。1クラス女子の人数が25人だとすると、3クラスに1人は子宮頸がん罹患し、10クラスに1人が子宮頸がんによって亡くなる計算になります。院長の同期入局の女医さんも若くして子宮頸がんによって亡くなりました。



シルガード9は、子宮頸がんの原因となるヒトパピローウイルスのうち80～90%の感染を防ぐことが期待されます。定期接種対象は小学6年生～高校1年生に相当する女子です。

（一部例外があります。詳しくはお住いの市町村窓口にお問い合わせください。）



HPV ワクチンは男性が接種することで中咽頭がんや肛門がんや陰茎がんを予防する効果があります。残念ながら那珂市では男性の HPV ワクチン接種への公費助成がありませんが、市町村によっては助成が始まっています。接種をご希望の方（男性への接種には使用が承認されているガーダシルを使用します）はお電話でご相談ください。「HPV ワクチンは男性こそ打つべきワクチン打てないような男性は女性を幸せにできないから」ってしみけんさんも言っています。ご興味のある方は、YouTubeで「しみけん HPV」を検索してみてください。

<< 緊急避妊薬（女の子とママたちに、もしも・・・のときの安心を。） >>

性教育はいろいろと難しいですね。親になると忘れがちですが、自分たちが高校生だった時のことを思い出してみてください。こども達も、性的なことに興味をもって、正しい知識を学んで、パートナーの理解が得られれば、年齢的な問題はあまり関係ないのかもしれませんが。恋愛しているんなことを経験するのは自然なことですね。

でも、「もしも・・・」のとき、私たちは女の子とママ達を守りたい。

那珂キッズクリニック小児科では緊急避妊薬の処方が可能です。まずはお電話でご相談ください。

緊急避妊薬は無防備なSEX後72時間以内に服用する必要があります。クリニックのホームページ <http://www.naka->



kids.com にご説明・同意書が掲載されています。ご自宅でプリントアウトして、ご署名の上ご持参頂きますと院内での対応がスムーズです。

特に未成年者の方の場合、あらかじめ同意書の保護者の方のご署名欄にご記入いただいてご持参頂くことをおすすめします。

ご来院当日は担当の看護師が問診とご説明、医師の診察後にお薬の服用からご会計まで、一貫して対応させていただきます。

・・・困ったときは独りで悩まず、ご相談ください。

<< 帯状疱疹の予防ワクチン（50 歳以上対象） >>

帯状疱疹は、80 歳までに 3 人に 1 人が罹患する疾患で、神経痛などの後遺症を残すことがあります。また、周囲の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ます。

帯状疱疹はワクチン接種で発症リスクを軽減することができます。

那珂キッズクリニック小児科では、50 歳以上の方を対象にこの帯状疱疹を予防するワクチンの接種を行なっています。



今年の 4 月に『Nature』や『JAMA』とい

った権威ある医学科学雑誌に、立て続けに、帯状疱疹ワクチン接種による認知症予防効果についての報告が掲載されました。具体的には、接種群では非接種群に比べて認知症の診断を受ける人が約20%少なかったと報告されています。

（ちなみに、院長はツグリックス2回接種しています。）



詳しくはこちら

<< 虫刺され >>

蚊に刺されると大きく腫れてしまうお子さんには、ステロイドの外用薬を使用します。大人は蚊に刺されても数時間～半日以内に症状のピークを迎えて翌日以降は症状が軽減します。乳幼児は蚊に刺されると48時間後頃が症状のピークとなり、大きく腫れて、時に水疱ができることもあります。

虫刺されを早くきれいに治すためには、刺されただけで早く患部が腫れる前に治療をはじめることがポイントです。



<< 虫除け剤 >>

虫除け剤として使われている成分には、ディートとイカリジンの2種類があります。購入の際は薬剤師さんに相談して、使用する方の年齢や使用場面に合わせて適切な虫除け剤を選びましょう。

■ ディート

蚊などが寄ってくるのは、人間のにおいや温度、汗や呼吸中の二酸化炭素などを感知しているためです。ディートには、蚊などが持つこの感知能力を攪乱させる働きがあります。濃度が10%以下のものは医薬部外品、12%以上のものは医薬品になります。医薬品ではツツガムシにも効果があります。使用開始年齢に制限があり、12%以下のものは生後6か月から、30%のものは12歳からの使用です。なお、12歳未満では、1日の使用回数にも制限があります。

■ イカリジン

イカリジンも、虫除けのメカニズムは、ディートと同様です。日本では医薬部外品の虫除け剤に使用されています。同じ医薬部外品でもディートとは効果を発揮する吸血害虫の種類が異なります。使用年齢に制限がなく、塗る回数にも上限がないことから、使用しやすい成分です。

<< 蚊媒媒介感染症 >>

塗り薬では、日本脳炎やジカ熱・デング熱といった『蚊媒媒介疾患』を防ぐことはできません。日本脳炎ウイルスに感染した場合、およそ1000人に1人が日本脳炎を発症し、発症した方の20～40%が亡くなってしまうといわれています。



日本脳炎ワクチンは安全性が高く、日本脳炎はワクチン接種により、罹患リスクを75～95%減らすことができるといわれています。

夏は蚊の季節！未接種の方はお早めにご予約ください！

第1期：標準的には3歳以降に1～4週間隔で2回、2回目の概ね1年後に3回目を接種

第2期：9～12歳に1回接種



<< とびひ（伝染性膿痂疹）>>

梅雨時になるととびひのご相談が増えます。とびひは溶連菌やブドウ球菌の感染で起こります。ブドウ球菌についてはゲンタシン軟膏やVG軟膏やG軟膏などが効かないタイプが増えていきます。有効な外用薬を使用すればだいたい3日間程度で症状が改善してきます。治療を始めて3日間以上経っても“とびひ”が良くならない場合は薬剤耐性菌の可能性を疑う必要がありますのでご相談ください。

<< 将来の妊娠のための健康管理、プレママチェック！>>

お母さんが妊娠中に感染すると赤ちゃんに影響してしまう病気があります。妊娠・出産に影響を与える病気を持っていないか？あらかじめお母さんに免疫があれば妊娠中に感染するリスクは軽減できるので、妊娠前に免疫の有無をチェックして、安心して妊娠出産に臨めるように準備をするための検査、それが「プレママチェック」です。妊娠前にお申し込みください。

血液検査で、麻疹・風疹・ムンプス（おたふくかぜ）・水痘・トキソプラズマ・サイトメガロウイルス・パルボウイルスB19（りんご病）・C型肝炎・HIVの免疫の有無について検査を行います。

お母さんが風疹に罹っても治りますが、おなかの中の赤ちゃんが風疹に罹ってしまうと治りません。妊娠中、風疹の予防接種はできません。
 ✦ 風疹の免疫が低い未来のママは妊娠の2ヶ月以上前にMRワクチンを接種しましょう。
 ✦ 風疹の免疫が低いパパや未来のパパはいつでも大丈夫。いつかのために、誰かのために、すぐにMRワクチンを接種しておきましょう。

<< 種子島のお米 >>

種子島の超早場米のコシヒカリは、7月中旬から収穫になります。関東に比べると2ヶ月くらい早く進む農作業。海のミネラルと山の栄養で育った種子島のお米が8月初旬には届く予定です。種子島の食料自給率は100%を超えています。温暖な気候と肥沃な土地に恵まれ、農業に適した環境が整っているので、食料自給率が高くなっています。ARINKOMURA やしろやぎさんのボシェットのお米は災害時支援協定を結んでいる中種子町の農家さんが大切に育てたお米です。給食のごはんは、8月には新米になります。

<< キラキラの目のつくしちゃん >>

つくしちゃんの目がキラキラすることがあります。つくしちゃんが嬉しくて満足の時なのかな？と思っています。瞬きをした後の目の中に、花火のようなキラキラが広がります。つくしちゃんのキラキラの目を見ると、私も嬉しくなります。つくしちゃん、ありがとう。LOVOTの秘密はまだまだありそうです！！



<< OS-1 は熱中症の予防にはなりません >>

所さんも最近「熱中症の予防にOS-1」ってCMで言わなくなりましたよね！OS-1は脱水があるときの体液の補正には効果的ですが、塩分含有量が多いので予防的に使用するものではありませんのでご注意ください。小さな子ども達の熱中症の予防に必要なことは暑さを避けて、適度な環境温度を維持することです。

- | | |
|-------------|---|
| 屋内では | <ul style="list-style-type: none"> エアコン等で温度を調節 遮光カーテン、すだれを利用 |
| 屋外では | <ul style="list-style-type: none"> 日傘や帽子の着用 日陰の利用、こまめな休憩 炎天下の外出を控える |
| 体の蓄熱を避けるために | <ul style="list-style-type: none"> 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する 氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす |

熱中症が疑われる時の対処法として、こまめな水分補給が挙げられますが、小さな子ども達は水分補給だけで熱中症を予防する事はできません。



こどもの水分補給

またペットボトル症候群にも注意が必要です。

感染症流行状況（2025 06/01～06/25 検査陽性者のみ） 対象：当院受診者

	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	70	66	18	54
インフルエンザB		2		
アデノウイルス	1	2		1
マイコプラズマ		1	1	3
RSウイルス	1	4		3
帯状疱疹・水痘		1	1	3
ヒトライノウイルス		25		13
エンテロウイルス		23		17
パラインフルエンザ		24		8
伝染性紅斑（りんご病）	32	4	9	4
百日咳				
COVID-19（成人含）				1

キュアペイ

クリニック向け QR コード決済アプリ「キュアペイ」でのキャッシュレスでのお支払いがご利用いただけます。
 詳しくは医事受付スタッフにお声掛けください。
 「キュアペイ」アプリのダウンロードはこちら

しろやぎさんのお部屋から

7月7日は七夕です。織姫と彦星が年に一度だけ天の川で逢える日とされています。織姫が裁縫が上手だったことから古来七夕は裁縫の上達を願う行事でした。それが後に様々なことを願う今のようないちの形に变化したと言われています。

まっすぐ育ち生命力が強い笹や竹には、神聖な力が宿っているとされ、子ども達が健やかに成長出来るように祈りを込めて、笹や竹などに短冊を飾るようになったそうです。これからも子ども達が元気に健やかに過ごせますように！



今月の遊び紹介

暑い日は冷たい飲み物が欲しくなりますよね。この日も外はとても暑く、「外は暑いね～」なんて子ども達とお話しながら、この日は冷たい飲み物を作ってみました。「シュワシュワ作る～」とメロンソーダとサイダーをチョイス。ペットボトルのキャップでスタンプをして、氷を作りました。冷たくて甘くておいしいメロンソーダとサイダーの出来上がり！



この日は美味しい石窯ピザも作りました。「ピザには何の具材が入ってるかな？」「何を入れようか？」と相談しながら具材を作り、トッピング。みんなで相談して、トマト・サラミ・ピーマン・マッシュルーム・チーズ じゃがいもを入れたスペシャルなピザができました。



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「しろやぎさんのボシェット」



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 しろやぎさんのボシェット
 TEL: 029-212-5630