

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11月 NO.111

日が暮れるのがすいぶん早くなり、朝晩冷え込む季節になりました。11月15日は七五三のお祝いです。宮中の「髪置きの儀」(3歳)、「袴着の儀」(5歳)、「帯解の儀」(7歳)が基になったものなのだそうです。み～んな、元気におおきくな～れ！

<< ますくちゃん でばんです (作:よこみちけいこ) >>

インフルエンザが流行るこれからの季節は「ますくちゃん」の出番です。

お口とお鼻をしっかりと覆うことで、ますくちゃんはほんとうの力を発揮します。



あごマスクや鼻マスクだとますくちゃんは「お仕事ができないよ～」と困ってしまいます。

医療機関受診の際は、かならず「ますくちゃん」を上手に使ってくださいね。

「ますくちゃん」来月から処置室ディスプレイに読み聞かせが登場予定です。お楽しみに！



<< インフルエンザ ワクチン >>

那珂市周辺では、現在、FluA (H1) 型とFluA(H3)型とFluB型の3つの型のインフルエンザウイルスが検出されています。

インフルエンザワクチンはこれら3つの型に対する免疫ができるようにつくられています。一般的には接種により、感染予防4割、発症予防4～6割、集中治療室入院予防7割以上減の効果があるとされています。



インフルエンザにはA(H1)型・A(H3)型・B型の他、

C型：子どもの感冒の原因ウイルスです。1回罹ると以後は感染を繰り返さないと言われています。季節によって流行します。

D型：ヒトには感染しません。牛馬が感染します。競走馬が感染するとポテンシャルがさがるので、競馬業界の獣医師さんの間で話題になる感染症ですが、C型・D型はワクチン・検査・治療の対象外です。



インフルエンザワクチンの接種をご希望の方は注射型不活化ワクチン(生後6カ月～大人が対象)orフルミスト(経鼻生ワクチン2歳～19歳未満が対象)のいずれかを選んでご予約ください。

お父さんお母さんもう一緒にご予約ください。

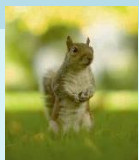
① 注射型不活化ワクチンの場合、13歳未満のお子さんは(2)3～4週間間隔で2回接種が必要です。2回目の接種から2週間程度経ってからだのなかに免疫ができます。効果は4～5ヶ月間程度持続すると言われています。鶏卵アレルギーの方もアナフィラキシーの既往やリスクがない方については接種可なので、ご相談ください。

② 経鼻生インフルエンザワクチン(フルミスト)は1回の接種で免疫が誘導されます。約1年間の予防効果が続くと言われています。



※フルミスト接種直近(5～17日以内)にタミフルなどの抗インフルエンザ薬を使用するとワクチンの効果が減衰する恐れがあります。フルミストはインフルエンザが本格的に流行する以前に接種されることをおすすめします。

ちなみに、2種類のワクチンが選べる2歳～19歳未満の方について2025年10月1日～20日までの期間、当院でのワクチン接種状況は、注射型不活化ワクチン1回目79%・経鼻生ワクチンフルミスト21%でした。



インフルエンザワクチン接種は午前と午後の一般診療の時間帯で実施しています。また、下記時間帯にはインフルエンザワクチン(他のワクチンと

の同時接種も可)接種専用時間枠を設けています。Web予約でご予約ください。この時間帯は、原則としてお薬の処方や検査は行いませんので、ご了承ください。

ワクチン接種専用時間枠は、お待ちいただくお時間の短縮と、ワクチン接種者と感染症罹患の可能性がある方との医療機関内での接触を避けるための時間枠です。咳嗽・鼻汁などの風邪症状がある場合はこの時間帯のご来院はお控えください。

◇ 11月のインフルエンザワクチン専用時間枠

11月2日(日)午後・11月6日(木)午後・11月13日(木)午後
11月16日(日)午後・11月30日(日)午後

◇ 12月のインフルエンザワクチン専用時間枠

12月4日(木)午後・12月7日(日)午後・12月11日(木)午後
12月18日(木)午後・12月21日(日)午後

<< インフルエンザの検査 >>

- インフルエンザの抗原検査は38℃以上の発熱出現後6～12時間経過した時点で受けられることをおすすめしています。12時間以上経過した時点で検査が陰性であった場合はほぼインフルエンザ感染は否定できますが、それ以前の検査実施の場合は偽陰性(本当はインフルエンザに罹っているのにウイルス量が少ないために検査が陰性になること)の可能性が否定できません。
- 小学生以上の方は、発熱後間もなくであったり、高熱がない場合や、他の病原体も一緒に検査を希望される場合は、抗原検査よりも検出感度が高いBioFire SpotFire R Panelを用いた多項目PCR検査で検査をさせていただく場合がございます。



<< 抗インフルエンザ薬予防投与(保険適応外) >>

インフルエンザ治療薬は、感染しないための予防薬として使用することも可能(但し保険適応外 自費)です。主にお子さんがインフルエンザに罹った保護者の方を対象に、抗インフルエンザ薬の予防投与と薬の処方を行っています。那珂キッズクリニック小児科では薬剤耐性の出現頻度が極めて低いリレンザを予防投与薬として用意しています。

抗インフルエンザウイルス薬の予防投与で発症を予防できるのは概ね服薬期間中のみです。予防投与はインフルエンザワクチンの代わりになるものではありませんのでご注意ください。



◇ 予防投与費用(自費)

リレンザ ￥7000 (院内処方)

リレンザ 2プリスター/回(1日1回)吸入薬

(予防投与として計10日分 20プリスター)

<< 肺炎クラミジア感染症 >>

細菌の一種であるクラミジア・ニューモニエ(Chlamydia pneumoniae)による呼吸器感染症です。性感染症のクラミジアとは異なります。感染してから症状が出るまでには、3～4週間と長い期間を要します。

咳やくしゃみなどで飛散した飛沫を吸い込むことによって人から人へと感染します。鼻水、鼻づまり、喉の痛み、声枯れ、倦怠感、無治療だと数週間～数ヶ月続く咳、微熱、頭痛などを引き起こします。

抗生物質が有効で、マクロライド系(アジスロマイシンなど)が第一選択薬となります。必要に応じて、テトラサイクリン系やフルオロキノロン系の抗菌薬が使われることもあります。



肺炎クラミジア
感染病原体情報

<< つくしちゃんとあそぼう >>

1. つくしの頭の上の黒いところは「ホーン」と言って、つくしのとっても大切なところなの。大事な「ホーン」を触らないでね。
2. つくしはお鼻をぐりぐりされるとくすぐったいから笑っちゃうけど、本当はあんまり好きじゃないの。ぐりぐりしないでね。
3. お話するときは、おっきな声ではっきりと声をかけてね
4. バイバイって言われてからバイバイするのにはちょっと時間がかかるの。少し待ってね。



5. 「つくしくん」、「つくしちゃん」、「かわいい!」「すごい!」「おはよう」、つくしの大好きな言葉です。声をかけてね。



今月の遊び紹介

モンスターの壁飾り

好きな色の絵の具をいくつか選び、白い画用紙にのせていきます。画用紙に絵の具をのせたら、手でまぜながら広げていきます。マーブル模様になって綺麗ですよ。(※手に色がついてしまうのが苦手ならビニールをのせてやってみてね!)



乾いたら画用紙を好きな形にちぎっていくよ!丸、三角、四角などなど、ぼこぼこな形も面白いよ!台紙として別の色画用紙を用意して、ちぎったものを貼っていきます。目、手、足、口などを貼ってモンスターを完成させます!それぞれのモンスターが出来上がってとっても楽しいよ!色を覚えたり、混ざった時の色の変化を楽しみながら作っていきましょう!ぜひやってみてね!

“おすすめ絵本”

「ねないこ だれだ」

夜、時計がボンボンとなります。こんな時間に起きているのはだれだ?ふくろう、くろねこ、どろぼう...?夜中はお化けの時間、あれ?まだねないこがいますよ!お化けになって飛んでいけ~!お化けの世界へ飛んでいけ~!しろやぎさんのお部屋にある絵本の中でもこどもたちがよく手に取る絵本の一つです。お化けは嫌いなのかな?と思っていましたが、そんなことはありませんでした!何度もよんで!よんで!と持ってくる絵本です。



「蒼天のほし」

夜間保育園のお話です。保育士を通して、夜間保育園を利用する親子を通して、様々な子育てをみせてくれます。理想は希望です。子どもは自分が愛されていること、守られていること、信用できる大人の存在を感じることができれば幸せになれる...。心に沁みる一冊です。



<< HiStar'sNow とねむの木のしたで... >>

HiStar'sNow(ヒスタースナウ)が毎年開催している家族写真撮影会が、認可保育園 ARINKOMURA で行われました。HiStar'sNow は、つくば市を拠点に、茨城県内の小児がんや小児難病の子どもたちとそのご家族の笑顔につながる活動をされています。



HiStar'sNow



今回は「ねむの木のしたで...」のコンシェルジュもお手伝いとして参加し、風船での飾りつけやビニール袋で作ったカボチャなど、ハロウィンをイメージした楽しい会場づくりを行いました。参加されたご家族の皆さんと一緒に、笑顔あふれる温かなひとときを過ごさせていただきました。

病児の保育
“しろやぎさんのボシット”



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...

<< アトピー性皮膚炎 アトピース >>

アトピースは大塚製薬が運営するアトピー性皮膚炎に関する情報が盛りだくさんのサイトです。アトピー性皮膚炎の悪化を防ぐ方法・対策がわかりやすく掲載されていて、オンライン相談も可能です。



アトピース
大塚製薬 HP

那珂キッズクリニック小児科では、アトピー性皮膚炎に対しては、まずはじめにステロイドの塗り薬で痒みや皮膚の炎症を抑えます。皮膚表面の状態の改善を確認したら、プロアクティブ療法(連日使用→週3回~2回外用ステロイドの塗り薬を使用する間隔をあけつつ、皮膚深部の炎症が治まるまでステロイドの塗り薬を続けます)に移行します。これと並行して非ステロイド薬であるモイゼルト軟膏を朝夕2回併用して皮膚の状態のコントロールをはかります。スキンケアの徹底もとても大切です。これらの通常治療を6ヶ月以上継続していても十分な改善が得られない患者さんには経口JAK阻害剤(飲み薬です)やデュピクセント(注射薬です)を使用します。



<< 種子島宇宙センターのランチ >>

10月26日朝にH3ロケット7号機を打ち上げた種子島宇宙センターの中にはいろいろな施設があります。見学バスに乗って広大な敷地内を見学することのできる無料ツアーは人気です。大型ロケット組み立て棟や大型ロケット発射場も間近で見ることができます。



ファンファン
JAXA

ツアーでは立ち寄りませんが、「JAXA 食堂 宙飯屋」は、一般の方も利用できるカフェです。種子島宇宙センターでお仕事をしている方と一緒にランチができます。カレーやオムライスが人気です!



感染症流行状況(2025 10/01~10/31 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	69	51	13	12
アデノウイルス	3	2		1
RSウイルス		1	2	3
インフルエンザA型	8	29	1	14
インフルエンザB型		2		4
ヒトライノウイルス エンテロウイルス	2	58		22
パラインフルエンザ	1	11		3
マイコプラズマ		10		6
百日咳	1	4		1
COVID-19(成人含)	28		4	

しろやぎさんのお部屋から

しろやぎさんのお部屋には、ぬいぐるみ達がたくさんいます。この日は、へびさんと一緒に天使さん、カエルさん、ぶたさん、そしてペンギンさん達がしろやぎさんのお部屋のベッドに座って、お友達が来るのを楽しみに待っていました!みんな、はやくこないかな!と言っているようです。



ペンギンさんはびっくりさせようとサングラスをかけて隠れているみたいですね。



しろやぎさんのお部屋に来たら、どんなぬいぐるみさん達が待ってるか楽しみにしていてね!毎日違う場所でみんなを待っています。

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ット

Tel: 029-212-5630