

# すくすくだより

2015年1月号

明照保育園

2年続けて年末年始のお休みが長期にわたるご家庭も多いと思います。お休みが長く続くと、今まで確立していた生活習慣が崩れてしまったり、夜更かしなどにより疲れがたまり体調を崩しやすくなります。年明けに、元気に楽しく登園できるように、早寝早起き・バランスの良い食事など規則正しい生活習慣を心がけましょう。

長いお休み中、お子さんの体調が急に悪くなってしまったらとても心配になりますよね。日頃から病院のかかり方などを知っておいて、いざという時に慌てないようにしましょうね。

## 休日・夜間こどもの急な病気で困ったら……

### 小児救急電話相談（#8000番）

子どもが急な病気になった時、急いで受診しなければならないのか、様子を見てよいのかなど、看護師・小児科医による電話相談が受けられます。

【電話番号】#8000（短縮番号）

※短縮番号が使えない場合 052-962-9900

【相談日】毎日

【受付時間】午後7時～午後11時まで

### その他

◎愛知県救急医療情報センター：0532-63-1133

（症状に合わせた医療機関をオペレーターが24時間体制でお知らせ）

◎こどもの救急 <http://kodomo-qj.jp/>

（気になる症状ごとに、受診するかどうかの判断の目安を提供）

## 子どもの誤飲事故が起こったら……

化学物質（家庭用品・医薬品・農薬など）や動物性の毒による急性の中毒について、応急措置など緊急情報を提供しています。

※異物誤飲については受付していません。

日本中毒情報センター 中毒110番

大阪中毒110番（24時間対応）072-727-2499

つくば中毒110番（9時～21時）029-852-9999

たばこ専用電話（24時間対応）072-726-9922

## 年末年始緊急医情報

日時	内科・小児科	歯科	外科 昼：9時～19時 夜：19時～22時	耳鼻咽喉科 9時～17時	眼科 9時～17時
12/28 (日) 昼夜	9時～17時 20時～翌朝7時	10時～17時 (夜間診療なし)	江崎病院(新川町) 55-2525 たつおクリニック(高師本郷町) 46-4970	こんどう耳鼻咽喉科 (大清水町) 29-3433	成田記念病院 (羽根井本町) 31-2167
12/29 (月) 昼夜	20時～翌朝7時	20時～23時	大島整形外科クリニック(東田町字井原) 62-5511 タキカワ整形外科クリニック(八町通5) 55-5111	もりた耳鼻咽喉科 (東脇1) 34-2001	小島眼科医院 (西小池町) 45-4908
12/30 (火) 昼夜	20時～翌朝7時		はしら整形リハビリクリニック(中橋良町) 29-8484 積善クリニック(大岩町) 65-6565	井澤医院 (東新町) 55-8936	豊橋南藤井眼科クリニック (植田町) 25-7111
12/31 (水) 昼夜			光生会病院(吾妻町) 61-3166 木村整形外科(牧野町) 45-9925	ながた耳鼻咽喉科 (山田一番町) 38-8877	はた眼科クリニック (飯村北1) 64-1777
1/1 (木) 昼夜		10時～17時 (夜間診療なし)	とよはしにし整形リハクリニック(花田町) 39-7888 成田記念病院(羽根井本町) 31-2167	飯塚医院 (札木町) 52-3768	たかし眼科医院 (高師町) 47-2206
1/2 (金) 昼夜	9時～17時 20時～翌朝7時		福井脳神経外科(立花町) 21-7001 花田いしかわクリニック(花田町) 32-2166	木下耳鼻咽喉科 (飯村北1) 63-2261	きくち整形外科眼科クリニック (高師本郷町) 38-1010
1/3 (土) 昼夜			三川病院(大岩町) 41-0011 向山クリニック(向山町) 66-0011	こもぐち耳鼻咽喉科 (菰口町5) 34-3391	弥生病院 (弥生町) 48-2211
1/4 (日) 昼夜			弥生病院(弥生町) 48-2211 中島脳神経外科(下五井町) 54-6261	芳賀耳鼻咽喉科医院 (西岩田1) 63-1030	エモア眼科 (駅前大通1) 54-0481

【診療場所】内科・小児科：豊橋市休日夜間急病診療所 48-1110（豊橋市中野町字中原100番地「まいっぷ」内）  
歯科：休日夜間歯科診療所 39-9177（同上）

※上記の時間以外は下記にお問合わせの上、受診してください。

- 外科→豊橋医療センター(Tel.62-0301)、豊橋市民病院(Tel.33-6111)、成田記念病院(Tel.31-2167)
- 耳鼻咽喉科・眼科→豊橋市民病院(Tel.33-6111)

- ・けいれんが止まらない
- ・意識がない
- ・呼吸が苦しい

など、保護者の方の目から見て、明らかに急を要する場合は迷わず119番してください。



## 1月の健診日程のお知らせ

★4か月児健診（受付 9:00～10:30）

毎週火曜日：6・13・20・27日

★1歳6か月児健診（受付 12:50～14:00）

毎週水曜日：7・14・21・28日

★3歳児健診（受付 12:50～14:00）

毎週木曜日：8・15・22・29日

【場所】保健所・保健センター  
【電話】39-9153

対象者の方には、ご自宅へ健診日の1か月前に健診票を郵送します。ご案内の日時に健診を受けてください。

※この緊急医制度は、かかりつけの医師が都合の悪い時にご利用ください。  
※医師の都合などで一部変更することがあります。受診前に必ず医療機関への電話確認をお願いします。  
※各科により診療時間が異なるため注意してください。

豊橋市役所 保育課 保健だより (林)  
2015年1月1日 ☎51-2316