

すくすくだより

2014年1月号

明照保育園



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。普段は忙しいお父さん、お母さん、ご家族で過ごす時間が長いこんな時こそ、お子さんとじっくり向き合って、お子さんのお話をゆっくり聞いてみてください。新たな発見があるかもしれません。さて、寒さが一段と厳しくなってきました。お休みを元気に充実して過ごすためにも、早寝早起きや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。

急な発熱 慌てないで!!



発熱やそれに伴う痛みやだるさは体の異常を知らせるものであり、感染症などから体を守るための防御反応です。ウイルスや細菌から体を守るために、脳から出される命令によって、体温が上がります。
【ケアのポイント】
☆寒気があるときは、暖かく。
☆熱のために暑がる時は、薄着にし、首やわきの下、足の付け根など太い血管が走っているところを冷やす。
☆余分な熱を放出するため、こまめな水分補給を。

☆解熱剤の使い方と注意☆

解熱剤は、発熱による辛さを軽くするための薬で、病気そのものを治すものではないため、使わずに済むのであれば使わない方が良いでしょう。
「何度以上であれば使用」と言えるものではなく、熱が高くても、よく寝たり機嫌が良ければ様子を見ましょう。ぐずって泣きだす、飲食ができない、寝つけない様子が続いたら解熱剤の使用を考えましょう。
ただし、解熱剤の目的はあくまでも「ひと休み」。熱が少し下がって楽になればそれで目的達成です。その後はまた、発熱と戦います。

アレルギー講演会と長期療養児親子のつどい

テーマ：『こどものアトピー性皮膚炎の正しい理解と日常生活について』

日時：1月31日（金）午後2時00分～午後3時30分

場所：保健所・保健センター1階 講堂

定員：200人（先着順）

参加料：無料

託児：要予約 300円（先着順 人数に限りがあります）

その他：希望者には講演会後、親御さん同士で交流会（つどい）を行います。

申込み：電話で1月24日（金）までに 豊橋市保健所 子育て保健課まで

問合せ先：豊橋市保健所 子育て保健課 ☎39-9157

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：7・14・21・28日

★1歳6か月児健診（受付 12:50～14:00）

毎週水曜日：8・15・22・29日

★3歳児健診（受付 12:50～14:00）

毎週木曜日：9・16・23・30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。

ご案内の日に健診を受けてください。

年末年始緊急医療情報

※この緊急医療制度は、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。

日	時	診療科目	診療場所	電話番号
12/29 (日)	昼	9時～17時 20時～翌朝7時	山本肛門科(浜道町)	47-3155
	夜		富士見台クリニック(富士見台4丁目)	39-4025
12/30 (月)	昼	20時～翌朝7時	きくち整形外科眼科クリニック(高師本郷町)	38-1010
	夜		きくち整形外科眼科クリニック(高師本郷町)	38-1010
12/31 (火)	昼	9時～17時 20時～翌朝7時	成田記念病院(羽根井本町)	31-2167
	夜		大岩クリニック(向草間町)	45-1013
1/1 (水)	昼	(17時～20時 は休診)	クリニックいちよう(草間町)	35-7117
	夜		伊藤医院(小池町)	45-5283
1/2 (木)	昼	(30分前に受付終了)	岡村クリニック(佐藤2丁目)	65-4100
	夜		きよし整形外科(花田二番町)	33-8688
1/3 (金)	昼	(30分前に受付終了)	はしら整形外科(中橋良町)	29-8484
	夜		塩之谷整形外科(植田町)	25-2115
			こんどう耳鼻咽喉科(大清水町)	29-3433
			吉見耳鼻咽喉科(野依台一丁目)	25-7688
			藤原耳鼻咽喉科クリニック(駅前大通1)	56-1385
			ハタノ耳鼻咽喉科(上地町)	63-8733
			田中耳鼻咽喉科(中浜町)	48-8733
			西村耳鼻咽喉科医院(上伝馬町)	55-5165
			エモア眼科(駅前大通1)	54-0481
			きくち整形外科眼科クリニック(高師本郷町)	38-1010
			成田記念病院(羽根井本町)	31-2167
			はた眼科クリニック(飯村北一丁目)	64-1777
			豊橋南藤井眼科クリニック(植田町)	25-7111
			たかし眼科医院(高師町)	47-2206

【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「ほいっぶ」内）
歯科：休日夜間歯科診療所 39-9177（同上）

※上記の時間以外に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(TEL62-0301)、豊橋市民病院(TEL33-6111)、成田記念病院(TEL31-2167)
- 耳鼻咽喉科・眼科→豊橋市民病院(TEL33-6111)

豊橋市役所 保育課 保健だより

2014年1月1日 ☎51-2324