

奈義ファミリークリニック

ファミリー便り

4月



第163号
 平成31年4月1日発行
 社会医療法人清風会
 奈義ファミリークリニック 松下明
 奈義町豊沢 292-1
 電話 0868-36-3012
 Fax 0868-36-6435
 [編集担当]
 松下 山内 岡 町田



クリニックの待合側にシバザクラが咲いています

温かくなってきましたね。那岐山も雪がようやく解けました。いろいろなところで春を見つけることができました。皆さんの周りにはどんな春が見えますか？



ふんわり桜のつぼみが開きました！（3.29撮影）



～4月からの 新 診療体制～

新しいメンバーも加わり、診療体制が変更になっています。新年度もどうぞよろしくお願いたします。

	月	火	水	木	金	土
午前	松下 村田 田中 中西	田中 中西 齋藤	松下 山内 江口 中西	山内 田中 丸山 川口	賀來 田中 中西	交代制※
午後	山内 村田 丸山	中西 羽田野 山内/賀來 ※隔週	山内 田中 羽田野	休診	松下 田中 中西 齋藤	休診

※詳しくは最終ページをご覧ください

子どもの喘息のお話し



山内医師が『JAKEN 3月号』に載せた記事を紹介します。



① 喘息とはどんな病気？

喘息は、呼吸をするときの空気の通り道（気道）が狭くなり、呼吸が苦しくなる状態（喘息発作）を繰り返す病気です。他の症状としては咳や喘鳴（息をする時にヒューヒュー、ゼーゼーと音がする）などがあり、発作がひどくなると、息を吸う時に胸がへこむ陥没呼吸や、酸素不足により唇や顔色が青ざめ、危険な状態になることもあります。

ただ赤ちゃんはもともと気道が細いため、風邪でも喘鳴がよく聞かれます。そのため喘息と風邪を区別することが簡単ではありません。



② どういう子が喘息になりやすい？

アトピー性皮膚炎や食物アレルギーがある子、家族に喘息の人がいる子などが喘息になりやすいと言われています。さらにタバコの煙、ダニ、ペット、風邪などが喘息発作を起こすきっかけになります。

そのため家族の喫煙は絶対にやめ、寝具の手入れなどのダニ対策や、手洗い・うがいなどの風邪の予防を行い、ペットの飼育は注意しましょう。

③ 喘息の治療について

治療の目標は喘息症状がない状態を維持すること、スポーツや日常生活が普通にできること、呼吸機能などの検査も正常であることです。その目標を達成するために、次の3つを実践します。

- ①喘息を悪くする原因を減らす
- ②気道の炎症を抑えるために薬を使う
- ③発作が起こりにくくなるように体力をつける

(適度な運動、バランスのとれた食事、十分な睡眠、規則正しい生活など)

薬を使って喘息の発作がおさまっても、気道に炎症が残っていて、再び喘息発作を起こす可能性があります。喘息発作が起きないからといって、自己判断で薬をやめないようにしましょう。



子どもの喘息は思春期頃までに完治するケースが多いですが、中には継続して治療が必要な場合もあります。完治とは、症状だけでなく気道の炎症がなくなることです。症状がなくなっても医師と相談して治療を行い、喘息の症状を上手にコントロールし続けましょう。



病児・病後児保育室【コアラのお医者さん】のご案内



奈義ファミリークリニックでは、お子さんが病気の時に、保護者がお仕事などの理由で家庭保育が出来ない場合にお子さんを一時的にお預かりをする病児・病後児保育を奈義町の委託で行っています。

対象児童

奈義町内在住で①～④のすべての条件を満たす児童

- ① 保育園児、預かり保育・放課後児童クラブ登録児
- ② 病気及び病気回復期で安静の必要性があり、通園・通学が困難な児
- ③ 保護者が仕事や病気などで保育が困難な児
- ④ 生後6ヶ月から小学校3年生までの児

対象となる 病気

- ① 乳幼児が日常よくかかる病気：風邪、消化不良症 など
 - ② 感染性疾患：はしか、水ぼうそう、風疹 など
 - ③ 慢性疾患：喘息 など
 - ④ その他：やけど、骨折など外傷性疾患
- ※症状によっては受け入れができない場合もあります。

実施場所

奈義ファミリークリニック 病児保育室
(奈義町豊沢292-1 TEL 36-3012)



利用日時

月・火・水・金 午前9時～午後6時
木・土 午前9時～午前12時
※日曜日・祝日・医療機関の休診日はお休みです
※利用日数は、1回の利用につき、原則として6日まで

利用料

1回 2,000円



利用定員

4名

利用方法

事前登録が必要です。(登録は年度内有効です。)
奈義町こども・長寿課で事前登録をして下さい。

予約方法

原則として予約制です。
奈義ファミリークリニック (TEL 36-3012) にて診療時間内に受付をしています。
空きのある場合は当日でも受け付けします。
予約状況をご確認下さい。

～前年度登録されていた方へ～

年度ごと毎年登録が必要となります。再度登録手続きをお願いします。



皆様のご利用をお待ちしております

診療情報

今月の担当医

	月	火	水	木	金	土
午前	松下 村田 田中 中西	田中 中西 齋藤	松下 山内 江口 中西	山内 田中 丸山 川口	賀來 田中 中西	交代制※
午後	山内 村田 丸山	中西 羽田野 山内 賀來 ※隔週	山内 田中 羽田野	休診	松下 田中 中西 齋藤	休診

- 松下医師の診察は**完全予約制**です。
- 山内医師と賀來医師の火曜午後の診療は隔週となり、4月の診療担当日は
4月2日:山内、9日:賀來、16日:山内、23日:賀來となっています。
- 予約外の診療を担当するため、**オレンジ色の医師は予約を受けておりません。**
- 出張や研修などで変更する場合があります。
- **4月29日(月)**は祝日のため休診となります。
- **4月30日(火)**と**5月2日(木)**は祝日ですが、**通常通り診療**いたします。(木曜午後は休診です)

※土曜日の外来予定 *変更する場合があります

4月 6日 (土)	賀來・田中・羽田野
4月13日 (土)	松下・山内・齋藤
4月20日 (土)	山内・賀來
4月27日 (土)	賀來・中西・羽田野

診療受付時間

午前8時30分～午後12時 (月曜～土曜)
午後3時30分～午後5時30分
(木曜・土曜午後は休診)
夜間、木曜・土曜午後、日曜祝日は
日本原病院へご相談下さい。

予防接種・乳幼児健診外来

月・火・水・金 15～16時です。
*ご予約をお願いします。
*母子手帳を忘れた場合、接種ができないことがありますので、必ずご持参下さいませようお願いします。



栄養指導

毎月第2土曜日と第2火曜日の午前中に
栄養士による栄養指導も行っています。
興味のある方は診察時医師に
お尋ねください。



ラジオ出演のお知らせ

FMつやま (78.0MHz)
「おはようファミリードクター」
毎週金曜日朝8時10分～

松下 明 医師が生放送で
10分間出演しています。
みなさん是非聞いて下さい。

FMつやまにて質問も大募集中です

奈義ファミリークリニック内 ～病児・病後児保育室のご案内～

病児・病後児保育室「コアラのお医者さん」

奈義町在住のお子さん(生後6か月から小学校3年生までの児童)が病気の時に、保護者がお仕事・冠婚葬祭などの理由で家庭保育できない場合、一時的にお預かりをします。

詳しくは、当院ホームページ
をご覧くださいか、スタッフや
奈義町保健相談センター
(☎36-3700)
にお気軽にお尋ね下さい。



日本原病院からののお知らせ

日本原病院 耳鼻科(東川 康彦 医師)

平成31年4月13日(土) 午前中
平成31年4月27日(土) 午前中
※順番を取りに行く場合は
午前8時から11時まで
※電話で順番を取る場合は
(電話0868-36-3311)
午前8時30分から11時

日本原病院 眼科(皆川 香織 医師) 要予約

※診療前日(診療時間内)までに、受付窓口
もしくは電話(電話0868-36-3311)にて
予約可能です。

受付時間	診療時間	診療曜日	
		火	金
10:00 ～	10:30 ～	○	第2・4 金曜日 のみ
11:30 ～	12:00 ～		
14:30 ～	15:00 ～	○	第2・4 金曜日 のみ
17:30 ～	18:00 ～		