



2019年1月発行



うさぎ新聞

新年あけましておめでとうございます

旧年中は皆様方大変お世話になりました。

保育園や幼稚園などで集団生活するお子さまの増加に伴い、保護者様などを含め、みんなで感染症を予防する必要性を日々感じております。そのようなことから当クリニックでは安心・安全を第一に、定期接種だけでなく、インフルエンザ、風しんやロタウイルスワクチンなどの予防接種も積極的に行っております。今後もできるかぎり多くの皆様に接種していただける環境を整えていきたいと考えております。

本年もうさぎ新聞をどうぞよろしく願いいたします。

院長 小林雅史

院長あいさつ

一般外来

月～金曜日

9:00～12:00 16:00～19:00
(受付 8:30～12:00) (受付 15:45～19:00)

土曜日・日曜日

9:00～12:00 14:00～17:00
(受付 8:30～12:00) (受付 14:00～17:00)

もの忘れ・頭痛・腎臓・腰痛・舌下免疫・
心エコー・介護申請 専門外来

月～金曜日 15:00～16:00

乳児健診専門外来

月・水曜日

15:00～15:30 (受付 14:30～15:00)

予防接種専門外来

火・木・金曜日

15:00～15:30 (受付 14:30～15:00)



診療時間・科目別のスケジュール

担当医表		2018年11月1日現在						
【受付時間】	月	火	水	木	金	土	日	
午前 8:30 ～ 12:00	前村 (消化器内科)	前村 (消化器内科)	前村 (消化器内科)	長瀬 (呼吸器内科)	前村 (内視鏡)	前村 (内視鏡)	矢部 (内視鏡)	
	角田 (アレルギー・呼吸器内科)	角田 (アレルギー・呼吸器内科)	角田 (アレルギー・呼吸器内科)	外丸 (内科・腎臓内科)	角田 (アレルギー・呼吸器内科)	長瀬 (呼吸器内科)	酒井 (内科・感染症内科)	
	小林 (高血圧・糖尿病・健康)	小林 (高血圧・糖尿病・健康)	乙黒 (老年内科・もの忘れ外来)	田中 (高血圧・糖尿病・健康)	出雲 (内科・循環器内科)	出雲 (循環器内科)	末廣 (内科)	
脳神経外科								
青木 東海大学 八王子医療								
整形外科								
	北野	北野				北野	岩浅 高木病院・整形外科 胃腸・泌尿 宮地 (第2,3,4,5)	
専門外来 14:30 ～ 15:00	前村 内視鏡	角田 西下免疫療法	角田 西下免疫療法	青木 腫瘍外来	角田 西下免疫療法	角田 外丸	田中	
	角田 西下免疫療法	北野 腫瘍外来	小林 もの忘れ外来	腎臓内科	心エコー			
	北野 腫瘍外来	小林 介護申請						
午後 【平日】 15:45 ～ 19:00	前村 (消化器内科)	角田 (アレルギー・呼吸器内科)	前村 (消化器内科)	外丸 (内科・腎臓内科)	前村 (消化器内科)	前村 (消化器内科)	酒井 (内科・感染症内科)	
	角田 (アレルギー・呼吸器内科)	小林 (高血圧・糖尿病・健康)	角田 (アレルギー・呼吸器内科)	小林 (高血圧・糖尿病・健康)	角田 (アレルギー・呼吸器内科)	出雲 (循環器内科・心エコー)	末廣 (内科)	
			乙黒 (老年内科・もの忘れ外来)	田中 (内科・循環器内科)				
脳神経外科								
青木 東海大学 八王子医療								
整形外科								
	北野	北野				北野		

※赤字は女性医師です。
※祝日・振替休日は休診日です。

担当医表 2019年1月1日現在

【受付時間】	月	火	水	木	金	土	日
午前 8:30 ～ 12:00	小児科						
	朱	朱	朱	富加津	朱	富加津	富加津
	富加津	富加津	富加津	公文	公文	公文	公文 (第1,3,5)
小児専門外来 14:30～15:00	乳児健診	予防接種	乳児健診	予防接種	予防接種		
午後 【平日】 15:45 ～ 19:00	小児科						
	朱	朱	朱	富加津	朱	富加津	富加津
	富加津	富加津	富加津	公文	公文	公文	公文 (第1,3,5)
【土日】 14:00 ～ 17:00			公文	森本 (小児内分泌科、第2・4)			

※赤字は女性医師です。
※祝日・振替休日は休診日です。

赤字は女性医師です。

お困りの時にいつでも受診できますよう

平日は夜7時、土曜日・日曜日は夕方5時まで診療いたします。



朱医師より ～乳児健診について～



乳児健診は自分で体の異変を伝える事が難しいお子さまにとって、とても大切です。

乳児健診: お子さまの健康保持及び増進を図ることを目的とし、発育、栄養状態の確認、先天的な病気の有無、早期発見、予防接種の時期や種類の確認など、必要な項目を定期的にチェックします。



出生時から今までの体重、身長、頭囲の記録から曲線を作成し、成長の軌跡を確認します。この時期、乳児の成長に最も寄与するのは栄養です。身長、体重増加不良の場合、いつ頃からなのかを知り、その理由を調べます。成長や体重増加不良の原因として、身体に特に原因のないもの、あるもの、その両者がそれぞれ約50%、25%、25%とされています。原因のないものは、成長を支えるために必要なエネルギーの摂取不足から生じます。初期には身長の増加は比較的保たれますが、皮下脂肪の減少が生じ、長期間エネルギー不足の状態が持続すると、体重だけでなく、身長や頭囲の発育も障害され、さらに発達障害を起こします。摂取エネルギー不足を知るために、健診時に母乳、ミルクの摂取量、離乳食の状況などをお聞きします。母乳の分泌量を確認するために、その場で授乳前後の体重を測定し、哺乳量をチェックすることもあります。おおよそ体重 1Kg あたり1日150ml の哺乳量を目安とします。また、赤ちゃんの味覚は生後半年頃、つまり離乳食がスタートする時期から発達し始めます、味覚の発達と共に調理法や味つけが単調であると食欲不振の原因になることも知られています。



当クリニックでは10月から乳児健診後に管理栄養士による無料の離乳食指導を開始しております。より専門的なアドバイスを受けることができるようになりました。また、小児科医が、生まれた時には分からなかったアレルギーや先天性の病気などが隠れていないかを診断します。早期に病気を発見することでお子さまの健康を未然に守ります。是非、当クリニックで健診されることをお勧めします。

看護科より 乳児健診のご案内

当クリニックでの乳児健診

毎週月曜日と水曜日の 14 時 30 分から事前予約制の乳児健診を行っております。子育ての不安を少しでも解消していただけるよう、身長・体重などの計測や小児科医師による診察の他に管理栄養士による離乳食指導も行っております。離乳食の進め方が分からない、離乳食をなかなか食べてくれないなど、食に関する悩みを個別に相談していただけます。また、予防接種のスケジュールも医師や看護師で対応させていただきますのでお気軽にご相談ください。

乳児健診とは？

乳児健診はお子さまの病気の早期発見・早期治療のみでなく、健康の保持と増進を目的としています。多くの地域では 3～4 ヶ月健診と 1 歳 6 か月健診、3 歳児健診は保健センターなどで受け、6～7 か月健診と 9～10 か月健診は指定されている病院やクリニックで受診するシステムになっています。

予防接種とは違い、住んでいる市区町村で受けなければならないという決まりはありません。東京都在住のお子さまならどなたでも当クリニックで安心して健診を受けることができます。

当院の乳児健診の流れ

1. 受付

母子手帳・受診券・診察券・保険証を忘れずにお持ちください



2. 待合室にて頭囲測定・問診

保護者の方に抱っこしていただきリラックスした状態で頭囲を測定し、問診します

3. 着替え

計測をスムーズに行うため、濡れていないオムツ 1 枚になっていただきます

バスタオルを用意していますので、寒くないようにお子様にかけてお待ちください



4. 計測

胸囲→身長→体重の順番で計測していきます

保護者の方から離れる不安を少しでも軽減できるように心がけています



5. 小児科医による診察

聴診・月齢に応じた反射テスト・身長と体重のバランスなどを診ていきます

6. 着替え

診察が終わった方から着替えをしていただきます



7. 管理栄養士による個別栄養相談

6～7 か月・9～10 か月健診は、お子さまのかかりつけ医を決める意味でも良い機会になると思います。

当クリニックの乳児健診の一つの特徴として、経験ある管理栄養士の離乳食指導があげられます。



管理栄養士より



栄養指導の勧め

「少しでも薬を減らしたい、できるだけ飲みたくない」とお思いの患者様へ
 血圧が高い、中性脂肪やLDL コレステロールが高い、血糖値が高いなどで毎日薬を何種類も飲んで
 いる。少しでも薬を減らしたい、飲みたくないと思っているけど…、やっぱり、なかなか医師に言え
 ない方、「食生活を見直しましょう」「食べる物に気を付けましょう」と言われたが、何を直したらよ
 いのか、何を食べたらよいかわからない方も、「管理栄養士に一度相談してみたい」と主治医にお申し
 出ください。

栄養指導のご案内

一人ひとりにあった食事をご提案しています。患者さまの持つ病気も、食生活も様々です。食生活
 調査を行い、各患者さまに応じた内容でわかりやすい、かつ、すぐ実践できるような栄養指導を個別
 で行っています。これから栄養指導を受ける方、治療を受けてお悩みの方は、まずは、食生活の見直
 しから始めてはいかがでしょうか。管理栄養士と一緒に実行できることを探し、少しずつ変えていき
 ながら自分の体に合った食習慣を身につけていきましょう。栄養指導は、主治医の指示に基づき予約
 制で行っております。主な対象疾患は生活習慣病（高血圧／糖尿病／脂質異常症／痛風）、腎臓病
 （腎炎／腎不全／ネフローゼ症候群）、心臓病、貧血、がん患者様、摂食・嚥下機能低下、低栄養状態
 となります。

栄養指導の内容

医師の指示に基づき、管理栄養士が患者さまの状態を把握し、必要な栄養を適切に摂取するための食
 生活プランの作成や、調理や食事内容の指導を行います。



医療法人社団 みやびの会

あきる野総合クリニック

当日の診療順番予約はアイチケット

<http://paa.jp/t213/0/>

予防接種、乳児健診の予約は

<http://www.0425182088.com/i/>



〒197-0802 東京都あきる野市草花 1439-9

TEL 042-518-2088

HP <https://akiruno-sogo-clinic.com>

(あきる野市 小児科 で検索して下さい。)

休診日 祝日 振替休日 年末年始

