

# サンクリニック通信 第三十二号

平成二十七年六月十五日発行

★住所 横浜市旭区柏町九十七-八

☆TEL 045-366-6821

病児保育室

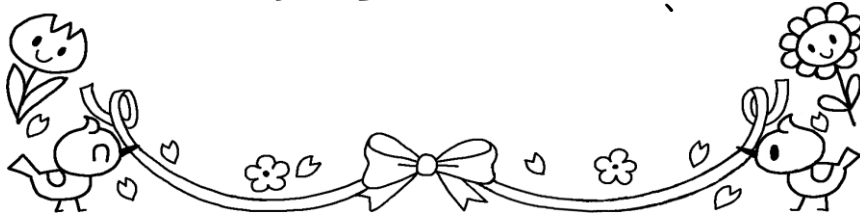
## サンクリキッズ

サンクリニックに病児保育室が併設されて、おかげさまで三年目を迎えることができました。登録・ご利用いただいている皆様に支えていただいていることを実感している日々です。本当にありがとうございます。

ひとりひとり、それぞれの病気に出会い、ご家族に出会いながら、必死に取り組んで参りました。

「本当はおうちと一緒に、ゆっくりしてあげたいけれど……」というお気持ちを十分にくみ取り、信頼してお預けくださることに心より感謝しながら、これからも誠意をこめて看護保育させていただきます。

どうぞ よろしくお願いいたします。



### 〈目次〉

病児保育室 サンクリキッズ	1～4頁
「おむつはずし」とトイレトレーニング	5～8頁
『病院』と『診療所』	9～10頁
特集 孫育て	11頁
お知らせ	12頁

## 二〇一四年度 実績報告

- ◆登録人数 五百七十四人
- ◆述べ利用人数 四百三十七人
- ◆平均キャンセル率 三十九%
- 利用予約のピークは、七月と十二月でした。
- 夏は ヘルパンギーナ
- 冬は インフルエンザA型で小学生のお子さんが多く利用されています。
- キャンセル率が高いのは、当日朝の様子で判断される場合が多いからです。
- そのためキャンセル待ちの方へのご連絡も間に合わないことがあり、悩みの種です。



## みんなを育てよう

春から仕事復帰をされたおかあさん、同時に集団生活をする  
ことになったお子さん、そしてそのご家族のみなさん、今まで  
の日常が一変してめまぐるしい毎日を送ってはいないでしょ  
うか。

ただでさえご自身の復職により新しい仕事や人間関係のスト  
レスがかかるうえ、保育園との密なやりとりやご家族との関係  
性における精神的な疲れ、他の誰も代わってくれない家事の山、  
当然子どものお世話……そして保育園に入った途端、体調を崩  
す我が子。

「今までほとんど病気なんてしたことなかったのに。体温3  
7.5℃以上ですぐに呼び出しなんて…そんなに仕事も休めな  
いしどうしよう……」

働きながらの子育ては本当に大変なことです。そして多くの  
場合、その負担はおかあさんに偏ります。ましてや病気になっ  
てしまった我が子を前に、どうすればよいか分からず不安でい  
っぱいになることもありますよね。

そんなとき【病児保育室】を堂々と利用してください。「子ど  
もが病気なのに他人に預けるなんてかわいそう!」などという  
外野の声はさらりとかわして☆

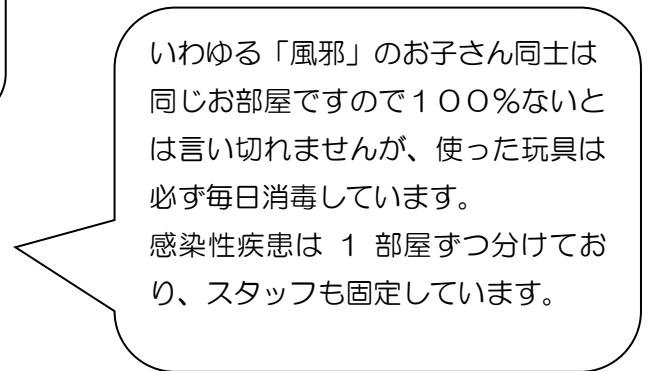
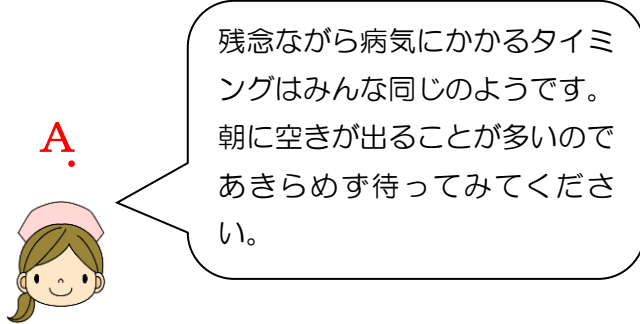
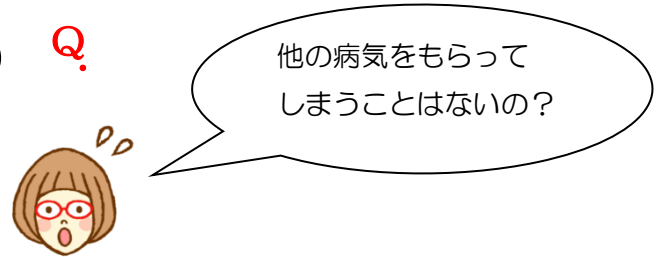
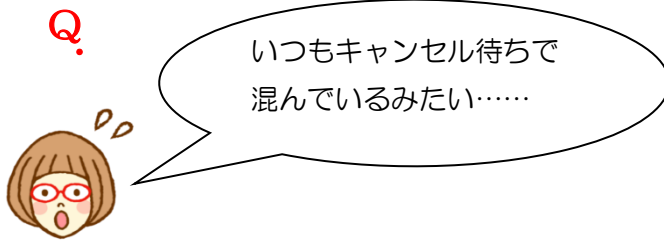
どんなおかあさんもまず仕事か休めるか調整するはずですよ。  
自分がだめならおとうさんは? と相談するはずですよ。それで

もだめだから病児保育室を選択していただくのです。

そんな、必死で子どもを育てているご家族の力になりたいと  
私たちは思っています。

元気な時はいつもの保育園や幼稚園の先生方がみてくれます。  
「病気の時はサンクリキッズの先生がよく知ってくれている!」  
そんな保育室になれるよう私たちも日々勉強しています。  
一度声をかけてみてくださいね。



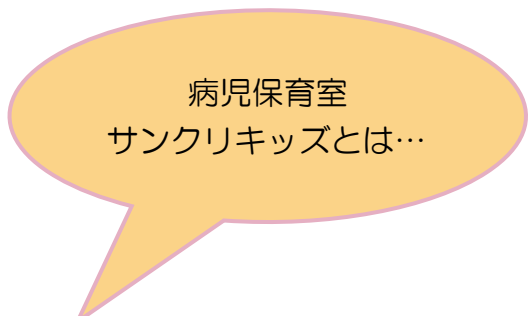


＊横浜市の委託事業で、医療施設併設型の施設です。専任の保育士・看護師が、お子様ひとりひとりの症状にあわせて、ゆったり・のんびり・しっかりと保育看護いたします。

＊感染性の病気のお子様は、専用のお部屋をご用意します。風邪のお子様も安心してお預けください。

＊病児保育室では、点滴などの医療行為はできません。その代り、お子様の症状を和らげ少しでも楽になるよう看護いたします。ご家庭でのケアについてもお気軽にご相談ください。

（病状が急変し必要の際は、医師による診療が事後承諾になる場合もあることをご了承ください。）





まずは……

① 事前登録をする

——ホームページから必要書類はダウンロード  
できます。サンクリニック・保育室にも用意が  
ありますので、お気軽に声をかけてください。

～お子さんが体調を崩したら～

② かかりつけ医を受診する

——必ず診察を受け必要書類を記入してもらって  
ください。

③ 利用予約をする

——電話 【前日 9:00～17:30】  
——インターネット 【18:00～当日 7:45】

ご利用日当日

病気の発症時点か  
ら、症状を詳しく  
お知らせくださ  
い。

普段の生活の様子  
も教えていただ  
くと、助かります。

飲み物・食べ物は  
口にできそうなも  
のを、少し多めにお  
持ち下さい。



安心する玩具や  
タオルなどを  
お持ちいただい  
てもいいですよ。

## 『おむつはずし』とトイレトレーニング

小児科医 相澤扶美子

### ○おむつはずしスタートの時期

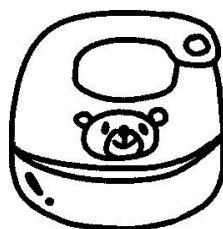
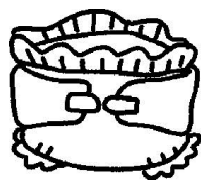
昔は「あんよ」ができれば、次は「おむつはずし」と言われたようです。「あんよ」ができる時期は大体一歳過ぎくらいですから、その頃が多かったのでしょう。でも、最近はずしと遅くなっている傾向ですね。言葉も「おむつはずし」からトイレトレーニングと言われることが多いです。最近ではスタート時期が二歳代、実際はずれるのは三歳前後が多いようです。わが子が保育園に行っていたころ（二十数年前）は一歳児クラスでおむつはずしをしていました。保育園の先生に聞きましたが、今は二歳児のクラスでトイレトレーニングをすることが多いようです。わが子は一歳児クラスで一番遅く、完全におむつがはずれたのは二歳三か月でした。汚名を返上しようと思った結果、次の子のときは二歳、三番目の子のときは一歳十か月でおむつはずし完了しました。

スタート時期が遅くなったのは紙おむつが普及したからでしょう。紙おむつは楽です。最近のものは非常に性能が良く、さらっとしていて逆戻りしないので、不快を感じにくいのです。でも、楽だから親子とも紙おむつに頼ってしまいがち。そのうち子どものほうから教えてくれるかな？なんて思っているアツという間に三歳になってしまうのです。

トイレトレーニング開始時期はいつが良いのでしょうか。子どもによって、家庭の事情によって、性格やお母さんの忙しさに

よっても違います。また紙おむつを使っていたか、布おむつを使っていたかでも違います。どちらにしても、ある程度まとまっておしっこをためられるようになってからのほうがやりやすいでしょう。「そろそろおむつ替えの時間」と思って覗いたらまだ濡れてない、なんてときが多くなってきたら、始めてみましょう。また、思い切ってパンツにして床や着替えを濡らしてしまっても洗濯してよく乾く季節に始めるのが最適。

でも、そろそろはじめようと思っている時期に下の子が生まれたりしたら、お母さんも忙しいし子どもも赤ちゃん返りしやすいですね。そういうときは少し伸ばしても良いでしょう。



### ○おむつはずしのはじめ方

最初は朝起きたときや、お風呂から目覚めたとき、おむつ替えかなと覗いたときなどに、おむつが濡れていなかったら、ためしにおまるに座らせてみましょう。補助用便座を使用しても良いです。いきなりだと怖がるかもしれないので、あらかじめ時々座らせたり、トイレの中の雰囲気好きなキャラクターで飾っておいたりしておくとおくとよいと思います。たまたまちょっと座らせたときに出ることもあるかもしれませんが、そのようなど

きは思いっきり、お母さんの最高の笑顔でほめてあげましょ。また、お母さんがトイレに行くときに一緒に連れて行って、やることを実際に見せてあげます。男の子なら、お父さんと一緒に風呂場で立ちションしてみたりするのも良いです。

トイレとかおまるにちょっとでも慣れてきたら、排尿間隔を見ながら、一、二時間おきに誘ってみましょ。遊んでいる最中などに重ならないように、おやつの前やお散歩に行く前、もしくは帰ってきたとき、お昼寝の前後など、行動と行動の継ぎ目に誘います。

トレーニングパンツも最近は性能が良く、さらっとした感じなので、不快を感じにくいようです。なので、紙パンツやトレーニングパンツの中に布おむつを一枚はさんでおくと良いです。布おむつがなかったら、お父さんのシャツのぼろなどを適当な大きさに切っておいて、布おむつ代わりにしてはさんでもかまいません。

一度始めたら、毎日続けなければならぬということはありません。今日はお出かけて忙しいからとか、雨降りが続いて洗濯物が乾きにくいからとか、不都合な日が続いたら、しばし中断する日をつけてもかまいません。

最初はずれそうだったのに途中で失敗が多くなったり、トイしでするのを嫌がりだしたり、お母さんの体調が悪くなったり……それぞれの事情によって、しばらくお休みして期間をおいてから再開しても良いでしょう。

### ○紙おむつと布おむつの違いとおむつはずしが遅くなった理由

紙おむつは手間がかかりません。そのまま捨てられます。洗濯が必要ありません。昔と違って最近の紙おむつは薄型で携帯に便利、また濡れた感じがせず、吸水性、保水性が高いのでゆっくり眠れます。欠点としては、費用がかかること、ごみが出るためエコではないこと、そして何より、不快感がないため、泣いて知らせることが少なくなることです。これはお母さんにとっては楽かもしれないけれど、尿が出たという感覚を身につける上では欠点だと思えます。

これに対し布おむつはこまめにおむつ替えをするので、スキップの機会が増え、赤ちゃんの状態をよく観察できます。初期費用はかかりますが経済的で、再利用するのでエコです。デリケートな赤ちゃんの肌にやさしく、赤ちゃんの健康状態がよくわかります。快、不快の感覚が身につくので、おむつが早くはずれる子どもが実際に多いです。欠点としては、おむつの交換回数が多く、洗濯する手間がかかること、外出時に荷物が多くなることです。汚れたおむつも捨てずに持ち帰らなければならぬからです。

紙おむつは便利ですが、この便利さにすっかり慣れてしまった結果、おむつはずしが遅くなってきたのでしょう。女性が仕事をすることが多くなり、家事も夫婦で分担する時代に入ってきたので、これも仕方がないことなのだと思います。おむつをつけたままの方が楽ですし、おむつはずしをするのが少々面倒になってしまふのは当然でもあります。

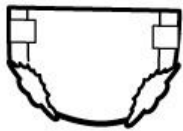
○おむつはずしを始める前に知っておきたいこと

まずは、失敗しても叱らないこと。  
 そもそも失敗する方が普通なのです。幼稚園に上がるまでにとらなければいけないとか、お友だちがとれそうだから自分の子も……などと追いつめてしまうのは禁物です。

また、何回も尿意を訴え、実際は出ないときが多くても、「さっき行ったばかりでしょう」とか、「ほら出なかったじゃない」などと言わないであげましょう。とことんお子さんの訴えに従って付き合ってください。

おむつがはずれない子どもはいません。必ず自分で教えるようになります。お母さん自身が焦らないことが大切です。

おむつははずさないかぎり、はずれるようにはなりません。なかなか教えるようにならないなど思ったら、思い切ってはずしてしまってください。面倒くさいと思ったら、いきなりパンツでもかまいません。はずしてしまえば、はずれるものです。自分の足元がびしょびしょになる感覚を味わわせてあげてみてください。



○おむつなし育児の話

おむつなし育児という言葉を最初に聞いたときは、「『おむつなし』でどうやって?」と思いました。

実際はおむつ減らし育児ですね。なるべくおむつを使わないようにすることでしょうか。大変そうに見えますが、実は昔の人はよくやっていたやり方かもしれません。やった人に聞くと楽しかったと言います。

生後間もないころはまだ首もすわっていないので、ただおっぱいのタイミングでおむつを開けてあげます。おしっこをしていないときはおむつの上やおまるの上で、赤ちゃんを後ろから抱え込んで、足を広げておしっこをさせてあげます。ちょっと待って出なければ、またおむつをしてもかまいません。首がすわっていないのが不安な場合は、すわってから始めるのも大丈夫です。

おっぱいのついでにおむつを確認する、濡れていなければ抱えておしっこ、出なければしまう、この繰り返しです。何回かに一回は出ます。上手になれば、おむつを汚す回数は減ります。

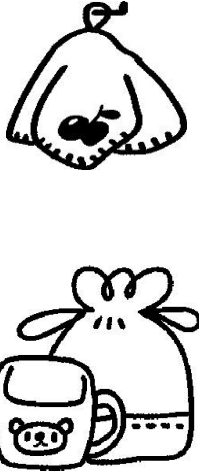
お座りができるようになったら、それと同じタイミングでおまるに座らせます。このころになると、座らせた方が安定してきますし、おしっこの回数も減り、まとまって出せるようになります。成功率も上がります。お母さんもおしっこのサインがわかってくるのでうまくいくことが多くなるでしょう。おまるで成功するのが普通になると、横になっておむつをする方

が嫌になり、積極的に知らせてくれるようになります。

おまるやトイレにする習慣がついてくると、誘っても嫌がることなくあります。一歳前後になったら思い切って、日中はおむつをはずして過ごしてみます。季節は、洗濯物が乾きやすく、薄着でも風邪をひかない夏が最適ですが、空調や乾燥機が整っているお宅も多いので、そんなにこだわらなくても大丈夫です。

パンツをはかずにお尻を出したまま過ごしても良いです。最初は失敗が多いかもしれませんが、負担に感じたらトレーニングパンツをかせましょう。ただし、薄手のパンツの方がお漏らししたときに子どもがおしっこを感じるのです、おまるやトイレですることを自覚するようになるのが早いです。

おむつはずし、トイレトレーニング、おむつ減らし育児——いずれにしても大事なのは、「尿や便をする場所はトイレやおまるであっておむつの中ではない」という感覚を身につけさせてあげることです。



### ○最後に、「おねしょ」の話

最近、夜尿症の相談、少し前と変わってきました。というのは、以前は「おねしょ」の相談というと、一度おむつが取れたのにもかかわらず、下の子が生まれたことをきっかけに、あるいは小学校に行き始めたことをきっかけに「おねしょ」が始まるということが多かったのです。ところが、最近の夜尿症は赤ちゃんのときから引き続きということ、つまり、夜間の「おむつはずし」をしていないというケースが多いのです。紙おむつを続けていると、夜、紙おむつの中にすることの方が快感になります。逆に言えば、おむつの中にしても不快に感じられなくなるということなんです。こうなると、排尿時間が一定でなくなるため、何回も出してしまおうようです。

最近このような夜尿症が増えてきたのは紙おむつの弊害なのではないかと私は思っています。つまり、さらっとして気持ちいがよいので、感覚としておむつの中にした方が、気持ち良いと体が覚えてしまったのではないのでしょうか？

このような夜尿症にならないためには、昼間のおむつが取れたら、夜も一緒にはずしてしまうことです。おねしょシートや布団乾燥機を常備して、濡らしてもいいよという心構えでやってみましょう。



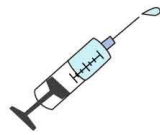
## 『病院』と『診療所』

『病院』と『診療所』って何が違うの？ と、おもったことが、みなさんも一度はありませんか？

今回は、簡単にその違いを説明したいとおもいます。

資料が古いですが、平成19年3月現在、全国に診療所は98986ヶ所、病院は8892ヶ所あり、全体の90%以上を診療所が占めています。

『病院』と『診療所』は〈医療法〉という法律でそれぞれ以下のように定義されています。



### 『診療所』とは、

許可病床数（入院患者収容ベッド数）が19床以下の施設です。

診療上のやむを得ない事情がある場合を除いては、同じ患者を48時間以上収容しない努力義務が定められています。

ここで言う、やむを得ない事情とは、

- ① 病院が遠く、移送が困難
- ② 病院のベッドが不足で利用が困難
- ③ 患者の症状が重く、移送することが危険

などの場合が該当します。

診療所は医師が一名必要と定められているほかには、看護師や薬剤師などの必要人数が定められていません。

街中でよく目にする「医院」や「クリニック」の定義は医療法にはなく、これらは、病院や診療所の別名になります。「医院」や「クリニック」の名は、実態としては小規模な診療所が多く、規模の大きい病院の名称であることは少ないといえます。

ちなみに「医院」とは、「医を司るところ、医療を提供する施設」という意味で、『病院』よりも古くからあったといわれています。



### 『病院』とは、

許可病床数が20床以上の施設とされています。

病院は診療所とは違い、医師が三名以上、看護師（患者三名に対して看護師一名）や薬剤師も一名いることが最低条件として定められています。

『病院』という語は「Hospital」の訳語として明治以降に使用されるようになりました。

Hospital は「傷病者や病人を収容する施設」という意味で、ホテル「Hotel」と語源が同じです。

それでは……

◎ 『総合病院』とは？

総合病院だからといって、たくさんの診療科があり、許可病床数が20床以上あれば良いというわけではありません。

『総合病院』の名称を使うにも定義があり、

- ① 許可病床数が100床以上
- ② 診療科のなかに内科・外科・産科もしくは婦人科・眼科・耳鼻咽喉科を含むこと
- ③ 化学、細菌と病理の検査施設、病理解剖室、研究室、講義室、図書室、その他、省令をもって定められている施設をもつこととされています。



◎ 『特定機能病院』とは？

特定機能病院は平成五年四月の医療法の第二次改正によって制度化された医療機関の機能別区分のひとつです。

一般の病院などから紹介された高度先進医療行為を必要とする患者に対する病院として厚生労働大臣の承認を受けています。一般の病院の設備に加えて集中治療室、無菌病室、医薬品情報管理室を備え、許可病床数が400床以上、10以上の診療科、外来患者の紹介率が30%以上であることが条件となっています。

また内科・歯科系の専門学会から認定された専門医、指導医も数多く在籍しています。

救急医療を提供することは義務づけられていません。

趣旨は、

- ① 高度な医療を提供する
  - ② 高度な医療技術を開発する
  - ③ 医療研修を行う
- の三つになります。

神奈川県内では、聖マリアンナ医科大学、東海大学医学部付属病院、横浜市立大学附属病院、北里大学病院の四病院が特定機能病院となっています。



文・受付 浦部幸裕

特集 孫育て

孫を育てて

看護助手 佐藤江利子

「孫を育てて」という題で書かせて頂きたいと思います。でも、我が家ではむしろ、「孫に育てられている」という言葉が、当てはまると思います。

私は二人の孫と一緒に暮らしています。



三年生になる長男は、母親が仕事をしていたため、ほとんど私が育てたという感じですが。私にとっては初孫、手のかからない、とてもおとなしい子どもでした。可愛くて、可愛くて、ついつい甘えさせてわがままにしてしまったことは認めます。今でも、サッカー、ドッチボール、縄跳び……最近では、室内トラップまで購入し、私も楽しくてつい一緒に遊んでしまします。とはいえ、いつも「一緒に遊んであげる」というのではなく、「一緒に遊んでもらっている」という気持ちで、孫たちと生活しています。

長女も二才になりました。活発、恐い物知らず、おしゃまさん、まるでお兄ちゃんとは正反対ですが、優しいところもあります。



日々教えられ、考えさせられることがたくさんあります。「自分子どもたちにもこうしてあげれば良かったなあ」と、孫を育てる中で反省することもたくさんあります。

でも何より、バァーバァーと言ってそばを離れない二人の孫がとても愛しく、私の生き甲斐です。これからも二人の成長を楽しみにしていきたいバァーバァーです。



お知らせ

● 小児科の木曜診療が始まります

七月九日（木）より、昭和大学小児科から非常勤医師による診療を開始します。  
詳細は下の表を参照してください。

● 小児科外来時間割が七月六日（月）より変わります

乳幼児健診、相談外来の曜日が変わりますので、ご注意ください。  
相談外来初診は直接電話予約できません。受付に電話して予約してください。

● 夏休みのお知らせ

八月十三日（木）～八月十九日（水）は休診です。  
お薬の確認等お願いします。

	9:00~12:00	15:00~15:30	15:30~16:00	16:00~18:00
月	一般外来	予防接種	相談外来(再診)	相談外来(再診)
火	一般外来	予防接種	相談外来(新患)	一般外来
水	乳幼児健診	予防接種	相談外来(新患)	一般外来
木	一般外来 昭和大学医師	予防接種 昭和大学医師		一般外来 昭和大学医師
金	一般外来	予防接種	相談外来(新患)	一般外来
土	一般外来 第1, 3, 5 相澤 第2, 4 八塚			