

# かわむら **こども** クリニック NEWS

Volume 25 No 9

290号

平成29年 9月12日

かわむらこどもクリニック 022-271-5255

HOME PAGE <http://www.kodomo-clinic.or.jp/>

## 日本外来小児科学会年次集会

院長

9月1～2日は、お休みをいただきありがとうございました。今年はスタッフを全員引き連れて、日本外来小児科学会年次集会に参加するため三重県津市まで出かけてきました。最近記事がないとお詫びの印として旅行記を書くのが定番になってしまっています。しばらく前から出張が多くなり皆さんにはご迷惑をかけてばかりですが、今月もお詫びの印に記事にしますので、少しの間お付き合いください。

皆さんも知っていると思いますが、2年前に仙台で年次集会会長をつとめ、参加者が2500人を超える大盛況の会でした。今年は親友の落合先生が会頭となり、9月1～3日に開催されました。学会役員なので木曜日に出発し、奥さん孝行のゆったり旅行を計画していました。ところが家内の腰の調子が思わしくなく、結局一人旅となってしまいました。

ゆったり旅行の予定が崩れましたが、31日午後から新幹線乗り継ぎ名古屋泊となりました。名古屋に行く時には、新幹線か飛行機か迷いどころですが、今回は連絡の良さという点から新幹線を選びました。確かに飛行機の方が短時間で中部国際空港に着くのですが、乗り継ぎの回数や搭乗手続の時間を考えるとあまり差がありません。まずは名物ということで、名古屋の夜は「矢場とん」の味噌かつを堪能できました。

9月1日は津到着後、チェックインまでに時間の余裕があったので、観光名所を探しました。皆さんは「天むす」という食べ物を知っていますか。簡単に言えば、海老の天ぷらが入っているおにぎりです。名古屋が発祥の地と思っていたのですが、元祖は津にありました。珍しくバスなどを利用したものですから、初めての地ということも重なって迷いに迷った挙句に、なんとか「千寿」にたどり着くことができました。元々は天ぷら屋さんだったらしく、その店のまかない飯が起源のようです。初めての土地を訪ねた時、なんの因果か「城」という文字に惹きつけられてしまいます。「津のランドマークともいえる津城。お城公園として美しく整備されており、お堀端や庭園を眺めながらの静かな散策を楽しめま

す。」の謳い文句でしたが、ちょっと期待はずれでした。でも照りつける太陽と共に蝉しぐれが、仙台にはなかった夏を感じさせてくれました。つかの間の観光の後には、日本外来小児科役員会、さらには法人化したための第2回定時総会。議事は滞りなく終了した安心感の空腹を満たすため、仙台組と九州組で店を探しました。狭い街と大人数が集中したためか、有名店はどこも取れません。やっと見つけた松阪牛の焼肉を提供し続けているという「食堂園」で、しっかりと満足を得ることができました。

3日目からが年次集会の本番。もっとも大きな役目は、埼玉の峰真人先生のランチョンセミナー「医療スタッフと考える任意接種の勧め方」の座長。質問がないと盛り上がらないので、会場のみなさんに懇願して、なんとか引き出すことができました。その質問が、まるでヤラセのような代物で、演者だけでなくメーカーも大満足したに違いありません。やはり最後は座長の腕によるもの(笑)。もう一つ大切なミッションは、患者の会・家族の会展示ブース訪問。ブース前で30分近くミニレクチャーするやつはなかなかいません。こんな性格が幸いして、どのブースからも引っ張りだこで、写真写真を求められる羽目になりました。そして夜はスタッフと一緒に懇親会へ。どうしても仙台と比較してしまいます。大間産マグロの解体ショー、すし哲の寿司。牛タン、冷やし中華、ずんだ餅、やはり仙台が数段上でした。懇親会ではNEWSやF.B.によく出てくる「はなちゃん先生」と、いつもポーズでツーショット。そして自分が仕掛けた二次会は“河村建夫衆議院議員”を囲む会。河村先生が現職閣僚に直接電話し学会理事に変わるという、政治の世界の恐ろしさを垣間見ることができました。“いやあ凄過ぎ”の一言でした。

最終日は、朝7:00からの歴代会長朝食会、前夜嵐のようなトラブルに見舞われた身には、ただただ眠たいだけの会でした。スタッフたちは朝から別行動で、お伊勢さんと鳥羽水族館で羽を伸ばしてきたようです。日頃院長をしっかりと支えてくれるスタッフへのちょっとしたご褒美でした。時間的な都合で学会はバスで、最後に味噌煮込みうどんを食べて、新幹線で仙台へ戻ってきました。

夏休みに続いての休診だったので、ご迷惑をおかけしました。このように余裕を持って学会に参加できるのも、患者さんのご理解とご協力のお陰です。学会で得たものを、これからの診療に生かしていこうと思います。ありがとうございました。



### 9月のお知らせ

#### ・医学部学生実習

8日  
ご迷惑をおかけするかもしれませんが、よろしくお願ひします。

#### ・栄養育児相談

13、27日(水) 13:30～  
栄養士担当。無料

休診に関してはFB,MailNewsをご覧ください。



『子ども・子育て支援の都市仙台！ ネウボラを仙台に！！』

## 読者の広場

先月もわずか3通のメールだけでした。載せるものがないわけではなく、最近ではF.B.へのコメントをいただくことが多くなりました。医療相談でプライバシーに関わるものですが、許可を得たので実名で掲載します。

宮城野区的小林さんからのメールです。「おはようございます！小林大希、奈〇の母です。いつもお世話になっております。今日は、大希の事で先生に聞きたい事があり、メールしました。大希なのですが、最近夜眠れなくなっています。23時半頃眠っても、夜中1時くらいから朝の5時くらいまで横になりながら起きています。だいたいこのパターンが多いのですが、夜全く寝ないで朝にやっと寝れる時もあります。今までは、夏休みだから眠れなくても朝遅くまで寝ればいいやと思っていたのですが、今日から学校で昨日も眠れず、睡眠時間が足りてないし、これが続くのかなあと思ったら心配になりメールしました。必ず週1は眠れない時はあり、ひどいと週2、3回はあります。学校がなく、あまり運動してないのはわかりますが、今までなつた事がなかったのが心配です。先生、私に安心を下さい。お願いします」。

夏休みであれば問題はないのですが、新学期が始まることを考えてしまうと心配になってきます。さて院長は、どんな回答のメールを送ったのでしょうか。

「メールありがとう。睡眠には様々な要素が関係します。規則正しい生活をしていれば、睡眠のリズムも順調です。夏休みはどうしても、不規則になりがちです。夜寝不足になれば、その反動で昼間に寝てしまい、それがまた原因となることもあります。ゲームを長時間する、テレビや動画を遅くまで見ることも原因となりえます。今回の眠れない原因は、おそらくは休みの影響なのでしょう。もちろん不安や心配事があれば、不眠の原因になります。特別な要素がなければ、学校が始まれば治るものでしょう。日中に寝せないようにしてください。学校が始まって、眠れないようなら相談に来てください。」

そしてお礼のメールは、「返信ありがとうございます！安心しました！先生の言葉の力はすごいですね。少し様子をを見てみます。今週末、薬&予防接種に伺う予定です！よろしく申し上げます」。そして掲載の許可とともに「大希、無事眠れるようになりました。先生の言った通りでした」。

院長の言葉の力がすごいのか、それとも溜めてたものを吐き出したのが良かったのか。これもかかりつけ医の役割です。



## 「あなたは大丈夫?!こどもの救急蘇生!!」のご案内

9月は防災月間です。育児サークル「お母さんクラブ」では、15年以上前から毎年9月に患者さんのお父さん(鎌田さん:消防署員)による「あなたは大丈夫?こども救急蘇生!」を開催しています。今年も下記の要領で開催します。

日時:9月28日(木)14:00から 場所:福沢市民センター  
内容:子どもが怪我や事故などで対応が必要になったら、何をどんな順序で行動するのか。仙台市における救急対応状況等。

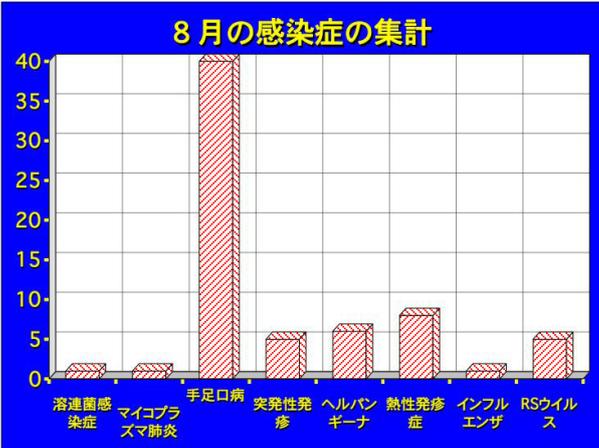
体験:ダミー人形を使つての救急蘇生、異物除去、AED装着等  
講話よりも、実際の状況に即しながら声を出し身体を動かしながら体験することを目的としています。笑い声が溢れる楽しい雰囲気の中、救急蘇生の基礎が学べます。

写真は昨年のもので、医師会広報誌「てとてとて」に活動の紹介とともに掲載されました。参加資格はお母さんクラブ会員、メールニュース会員、FBをいいねしてくれた方です。奮つて、ご参加下さい。クリニックまで、申し込みください!



## 「小児科医がやさしく教える 赤ちゃん・子ども病気」電子化出版

2002年刊行の著書が、2017年9月1日電子書籍となりました。書籍版は発売2年間で8,000部を売り上げた、幻のベストセラーでした(笑) 電子書籍版は、紙書籍の発刊当時の内容のまま改めて制作・刊行をが原則ですが、予防接種スケジュール、感染症に関しては一部修正してあります。右のQRコードからPHP研究所に飛びます。本の説明だけでなく、購入も可能です。是非お買い求めください。



先月も紹介しましたが、手足口病がまたまた増加。夏かぜと称されるヘルパンギーナも見られました。例年と比べて、今年の夏は患者さんが多いのが特徴でした。季節外れのRSウイルス感染症の増加だけでなく、どういう理由かインフルエンザも増えました。最近では集団で発生しています。

## Mail News, Facebook の紹介

Mail News は、580人を越えるお母さんが登録。右のQRコードから登録できます。件名を「登録希望」とし、登録者の名前とお子さんの名前を記載し送信してください。



最新情報はFBを見てください。Mail News が届かない場合は kodomo-clinic.or.jp をドメイン指定して下さい。不明な点は受付まで問い合わせ下さい。

## 編集後記

今月号も手抜きにもかかわらず、発行が12日になってしまいました。最遅新記録かも。年次集会には院内報コーナーがあり、毎年展示しているし、発行を楽しみにしている人も多いため続けていきます。夏の天候不順にはうんざりと思つた人も多いでしょう。気象状況を反映してか、感染症の流行具合も異常です。この時期にインフルエンザ集団発生は信じられません。



麻疹風疹ゼロ作戦キャンペーン 『1才のお誕生日に麻しん風しん混合ワクチンを』 『お母さんクラブ』現在会員を募集中です。参加希望は受付まで。!!