

SAKASO

〔さかそう〕



特集 □ 先生に聞いてみよう

子どもの発達
のこと。



2022.2 Vol.52

おしらせ

公共寄附金へのご協力をお願いします

宮城厚生協会は救命救急医療から在宅療養、保健予防・健康増進、訪問・障害者医療・福祉、研修・研究、経済的に困難な方への無料低額診療など幅広い事業を行っています。いただいた寄附金は宮城厚生協会の貴重な財源として、各事業所の運営に必要な機器や消耗品、および医療従事者の教育・育成などに使用します。皆さまのご希望に添うよう、大切に活用させていただきます。

※宮城厚生協会は税法上の「特定公益増進法人」です。当協会の公益目的事業を支援するための寄附金は、税法上の優遇措置が受けられます。

〈寄附金の手続き方法〉

坂総合病院1階にある「友の会」窓口までお越しのうえ、寄附金申込書にご記入ください。

新型コロナウイルス感染症への不安から受診を控える方が多いままとなっています。受診控えでの収益減に加え、マスク・ガウン・消毒液など関連費用が増えています。
宮城厚生協会は、救命救急医療から在宅療養、保健予防・健康増進、訪問・障害者医療・福祉、研修・研究、経済的に困難な方への無料低額診療など幅広い事業を行っています。これらの公益事業のため、皆様からのご寄附をお寄せいただけますように心よりお願い申し上げます。

● 寄附金の使い方
宮城厚生協会への寄附金は、各事業所宮城厚生協会に必要な機器や消耗品の購入および運営に使用されます。

● 寄附金による税上の優遇措置
寄附金による税上の優遇措置について、税務署に直接お問い合わせください。寄附金を贈る際は、その金額（税額控除額の半額を限度）から2千円を差し引いた額について、所得税を控除することができます。寄附者が会員などの場合、寄附金の全額が贈金に算入されます。

● 寄附金の申込手順
寄附金を頂いて贈付をしていただける方は、裏面の「贈込申込書」に必要事項を記入の上お届けください。下記までお問い合わせください。

お問い合わせ 公益財団法人 宮城厚生協会 TEL (022)361-1113 FAX (022)361-1124

診療予約・変更・お問合せ

まずはコールセンターへお電話いただき
ご確認をお願いいたします。

コールセンター 022-361-8288

● 平日 8:30~16:30(小児科のみ8:00~)

● 土曜 8:30~11:30(小児科のみ8:00~)

※日曜・祝祭日、年末年始(12/30~翌年1/3)、8/16(お盆)は休業。

◎紹介状をお持ちの方は、必ずその旨をお伝えください。

◎上記時間以外で救急診療のお問合せは、病院代表番号
(022-365-5175)にお電話をお願いします。

詳細はwebサイトでもご確認いただけます。

坂病院 <https://www.m-kousei.com/saka/>

表紙について

今回は佐藤先生の患者さんの家族が店主を務めるショップで撮影。佐藤先生待望の初来店が叶いました。(※来店時には手洗い・消毒を行い、マスク着用のうえ短時間での買い物をお願いします)

●表紙撮影/HANDMADE SHOP KARIN



- 電車の場合 ▶ JR仙石線・下馬駅下車。駅前が当病院です。
- お車の場合 ▶ 第三駐車場は、当院ご利用の方は無料です。
第三駐車場と病院間の送迎バスを運行しています。

SAKASO
坂総合病院 広報誌[さかそう]
2022年2月1日発行

 坂総合病院

〒985-8506 宮城県塩釜市錦町16-5 <https://www.m-kousei.com/saka/>
【広報誌に関するお問合せ】Tel 022-365-5175(代)



毎回特集内容を変え、
病気や病院のあれこれを発信。
今回は、「子どもの発達」
について紹介します。

特集

先生に 聞いてみよう

子どもの発達



おじて
先生

Q 子どもの発達について気になることがある場合、
どこに相談すればいいでしょうか？

0～3歳頃までは定期的に育児健診があるので、診察医師や保健師に相談するのがいいと思います。子育て支援センターでは親子で遊びながらその場にいる保育士に相談できますし、最近では発達支援や療育を行う施設でも相談可能です。そのほか、かかりつけの小児科、保育所・幼稚園の先生、小学生以上では担任の先生や特別支援コーディネーターへ相談するのもいいでしょう。しかし宮城県内では子どもの発達を専門に診る医師が少ないため、専門外来の初診には時間がかかることがあります。

Q 子どものよりよい発達のために、家庭でできることはありますか？

- ① 早寝・早起き・朝ご飯をしっかり食べる
- ② メディアを減らし、体を使って遊ぶ
- ③ ほめて育てる（ペアレント・トレーニング）

大切なのはこの3つ。生活や睡眠のリズムが整うだけで症状が軽減する場合があります。中でもメディアを減らし、体を動かして遊ぶことは子どもの発達を促す一番の方法です。また子どもは褒められることで自己肯定感が高まり、いい行動が増えています。これらすべてをお母さん・お父さんがどちらか一人で行うのはとても大変です。周囲の理解と協力が必要だということも伝えたいです。

子どもの発達の診断には 総合的な視点が必要に

最近はインターネットなどで子どもの発達について様々な情報が得られます。たくさんの情報がある中で心配になる親御さんも多いのではないでしょうか。しかし子どもの発達は年齢や発達過程、家庭や集団など複数の場面での行動を総合的に診ることが大切で、すぐには断定できません。もちろん早めに診断や治療が必要となる場合もありますが、成長を待たないと判断が難しい場合や、診断名を付けることよりも周囲の理解、環境調整が大切であるケースも多いです。

子どもの成長のために 親御さんにも寄り添う

私が専門とする小児神経の分野は、てんかんや熱性けいれん、先天的な異常や発達など幅が広く、中には診断や治療が難しい病気も少なくありません。しかし当院では東北大学病院や宮城県立こども病院をはじめ県内に



東北大学病院小児科が作成した「発達支援の置き薬」。子どもとの向き合い方のポイントが記され、佐藤先生も診察の手助け

ある小児科と連携し、子ども達に適切な医療を提供できるように心がけています。また、様々な理由で育児が大変なご家庭にも、坂総合病院に相談してみよう、と思ってもらえるよう、地域の保健師や教育機関などとも協力して診療を行っています。新型コロナの影響から直接会って相談できる場が減り、子育てに悩む親御さんがたくさんいるかと思います。子どもがよりよい環境で育つためにも、病気を診るだけでなく親御さんに寄り添う事も忘れてはいけません。



佐藤 優子（さとう ゆうこ）

長野県出身。富山医科大学卒業後、坂総合病院に入職。小児科医として大切にしているのは「お母さんの味方であること」。自身も4人の子どもを育てる母親として、「子どもの病気を治すことだけなく、親御さんたちの支えになりたい」と語る。

塩釜市を中心に地域の医療を支える坂総合病院。適切な治療と高度な技術で人々を支えています。今日は、子育て中の親御さんにとって気になる「子どもの発達」について聞きました。

#10 手洗いとアルコール消毒の違いとは?

高山 紗子 (たかやま あやこ) / 感染制御実践看護師

Q

流水と石鹼による手洗い、そしてアルコール消毒。それぞれ、どんな効果の違いがあるのでしょうか?



A

手指衛生にはアルコールベースの手指消毒薬を使用した手指消毒と、流水と石鹼による手洗いの2種類があります。アルコール消毒は新型コロナウイルスを含む多くのウイルス・細菌に効果があります。一方、ノロウイルスなど感染性胃腸炎の原因となるウイルスにはアルコール消毒での対策は不向き。その場合は流水と石鹼による手洗いを行いましょう。



栄養手帖 ■ -食養室だより-

食物纖維をとろう!

腸の中で水を吸うことで腸壁を刺激し、腸内運動を促す食物纖維。水分を蓄えてカサが増すので、便通にも効果をもたらします。

食物纖維の主な働き

● 胃腸内に留まる時間が長くなる

糖質食品の吸収を遅らせ、食後の血糖値の上昇を抑える。

● 咀嚼回数が増え唾液の分泌を増加

満腹中枢の刺激により満腹感が得られる。

● 腸管で胆汁酸や脂肪を吸着する

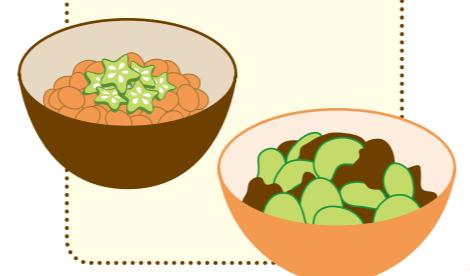
コレステロールの排泄を促進し、血中コレステロールの濃度を低下させる。

● 有用な腸内細菌增加・便量増加・便痛改善

大腸粘膜を刺激することで排泄を促し、発がん物質による危険を軽減する。また、腸管通過時間が短縮され、腸粘膜と有害物質との接触が少なくなる。

食物纖維を 摂取するには?

オクラ納豆やキュウリと海藻の酢の物など、組合せを意識することで摂取量アップ!



支えるひとたち 第24回 地域健康課



坂総合病院を、そして
患者さんを支える人々。
その「人となり」に迫ります。

体育大学出身の行方さん。入職当時は医療事務員でしたが、院内の内科治療の一貫で運動療法が始まったことを機に健康運動指導士のキャリアをスタートさせました。現在では患者さんへの運動指導や健康体操での実技指導、講演活動などをを行っています。「楽しく、元気よく。そして自らも元気で過ごせるように」が私のモットー。体を動かすことが好きな私にとって、趣味と実績を兼ねた仕事ができることは最大の喜びです。新型コロナウイルスの影響で外出が減る現在。しかし行方さんは「1日も早くコロナが終息し、地域の皆さんと一緒に楽しく体を動かしたい。そして健康で長く住み続けられるまちづくりの一役を担いたいです。また、職員の健康増進につなげられる場を提供できたらと思っています」とこれから目指す大きな夢を教えてくれました。

次号は

門間
英人
(宮城民医連事業協同組合
物流総合センター)



地域健康課は2021年7月に設置された新しい部署。最近ではスタッフのサポートのもと、オンライン上で体操教室を開催しています。



行方 啓文 (なめかた ひろふみ)
地域健康課 健康運動指導士

5階病棟（小児科）

阿部 幸枝（あべ ゆきえ）
主任

小児科は救急・総診科、整形外科、形成外科、婦人科が混在した急性期病棟です。0～15歳の患児を対象に肺炎・喘息など呼吸器疾患、熱性けいれん、川崎病など様々な疾患・病態を看ています。県内でも数少ない内分泌の治療を行う豊田医師、呼吸器疾患の治療が上手な丹野医師、川崎病などの心臓疾患の知識に長けた境医師、痙攣・てん



吸器疾患の治療を行った飯塚医師と頼りになる医師が勢揃いです。私たち看護師はそんな医師と学習会を行い、トレーニングを積みながら実践につなげるよう努めています。患児・家族が安心して治療に専念し楽しい入院生活が送れるよう、ドアや壁にはキャラクターの絵を飾り、テープや包帯には模様をつけています。現在はコロナ対策でイベントは中止していますが、また患児が笑顔で楽しむ姿が見たいです。小児看護では個々の成長発達に応じた細やかなケアだけでなく、家族の不安や悩みを読み取った精神的なサポートやケアの知識と技術を伝えることが重要です。現在は十分なサポートが行えていない現状ですが、患児・家族からの意見を参考にスタッフ一同で改善に努めます。

食と生活の改善で、健康を生み出す

当クリニックは小児に加え、アレルギー疾患や化学物質過敏症を持つ人のために設計したクリニックです。食生活や生活環境を改善し、健康な状態を作り出せる手助けをしています。小児では「環境や食品中の原因となる物質を見つけ対策をとる」「神経などの発達に影響を与える化学物質や薬剤を極力避ける」「日本人として備わる素質（遺伝子）に合った食生活・生活環境を築く」など、子どもが持つ能力を最大限發揮できる健全な発達を促すような診療が特徴です。

アレルギーは哺乳動物が進化させた高度な免疫反応です。微量の毒物を感じ取り、体内に入れないように防衛します。アレルギーの原因物質を調べると何らかの毒物や化学物質が含まれており、これらの物質を避けることで健康になっていきます。有害な化学物質を避け、アレルギーやアトピー性皮膚炎が引き起こされにくく食生活と環境をつくりだすことでのアレルギーやアトピー性皮膚炎は治まります。そのため必要な食生活や生活の改善方法を一緒に考えていきます。体に合った食物と空気、水、土が大切です。



院長
角田 和彦 先生
(かくた かずひこ)



アレルギー・小児科
かくたこども＆アレルギー
クリニック

〒985-0873
宮城県多賀城市中央1-16-8
TEL 022-368-7717
FAX 022-389-0723
URL <http://kakutaclinic.life.coocan.jp/>

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30 - 13:00	○	○	○	○	○	○	
14:00 - 17:30	○	○	/	○	○	○	

休診日／水曜午後、日曜、祝日
○木曜午後は17:00～19:00、
土曜午後は14:00～16:00

