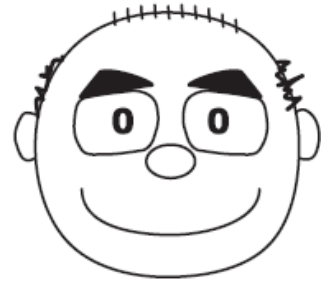




すくすく



NO.91 令和5年4月1日発行

マスクを外してにこにこ笑顔！

マスクは新型コロナウイルスの感染予防に一定の効果や安心感をもたらしましたが、感染が収束し四月一日からは原則マスクをしなくて登校や登園ができるようになりました。子ども達の笑顔と、歓声が満ち溢れた園・学校生活を送ることができていることをお祈りしております。

院長 金原洋治

マスクバイバイ！子どものつばき

今年の三月、石本美香代副院長が出版した絵本の題名です。この絵本は、昨年の院内報88号で紹介した詩に、下関市在住の遠藤亜祐美さんが絵を描かれました。あとがきに書かれた石本医師の言葉を紹介します。

「命」を守ることは大切ですが、子ども達の変わってしまった毎日を今一度考えてほしい。子ども達に笑顔いっぱい未来の扉が開かれますように。」

私は、表紙の帯（紹介文）に「友達や先生の顔を知らない子ども達。マスクを外せなくなった子ども達。マスク社会への警鐘が鳴る！」ということを書きました。本書を市内全園に寄贈させていただきましたが、皆様も一読いただければ幸いです。

長期にわたるマスク生活への影響

昨年夏から秋にかけて、かねはら小児科の医師が学校医を務めている小学

校の子ども達や先生方を対象にアンケート調査を行いました。マスクを外すことに抵抗を感じる子どもが高学年になるほど多くなりました。マスクに慣れてしまおうと外すのが恥ずかしくなる子どもも相当数いるのだと思います。長期間のマスク生活を強いたための弊害の一つでもあると思います。

私達は、長期間のマスク生活が及ぼす心身の発達やコミュニケーションの発達への悪影響を懸念しています。マスクのない状態に慣れてもらうことが必要だと思います。マスクを外しにくくさせているのは、外すことへの不安と同調圧力です。

習慣を変えるのは難しい

長い間習慣にしてきたことを止めることは難しいものです。その習慣がどれくらい効果があるかわからなくても、もし〇〇をしないで××になったら」と不安になり、続けてしまう傾向があります。

かつて私達小児科医は、熱があると患者さんの求めに応じて抗生物質を処方していた時代がありました。風邪はウイルス感染で抗生物質は効かないことがわかっていたのですが、もし細菌感染だったらと考え、抗生物質を処方していた時代が長く続いたのです。各種のウイルスや細菌の迅速検査が外来で使用できるようになり、厚生労働省が抗生物質の適正使用に関する明確な

指針を出してからは、抗生物質を処方しなくなりました。

三月にマスクについて政府が方針を出しましたので、これを機会にマスクの習慣を変えてみましょう。

同調圧力

日本人は、同質性を重んじ人と違うことに違和感を感じやすい国民性だと言われています。協調性が高いという優れた点もあるのですが、多数の意見と違うことを言ったりしたりすることに對して他人の視線を気にしすぎる傾向があります。四月から学校で原則マスクを外せるようになります。また、五月からは新型コロナウイルス感染症が感染予防法五類の位置付けになるので、なお「層外しやすくなると思います。」

私の日々の外来でも、マスクをつけたままでは、子ども達や家族の表情が読みづらいので、適切な「ことばがけ」ができたのかどうか心配になります。当院では、三月から乳幼児健診・予防接種の時間帯と相談外来ではマスクを外して診療しています。マスク着用を希望される方はお申し出ください。

笑顔の世界へ 扉よ開け！

ココロ・ココロ

～こころ と からだ～

新しい年度になって、環境の変化も多いのではないかと思います。ワクワクする気持ちがあれば、戸惑い・不安・心細さなどもありますよね。そのような気持ちを抱いた時に子どもは、心の拠り所である親を求めて、くっついてきたり、甘えん坊になったり、泣き虫になったり、親から離れたくなくなったりします。そんな時は、親子の時間やふれあいを大切にしてみてください。大好きで安心できる親にしっかりと受け止めてもらって、ほっとできるとエネルギーが溜まり、再び親から離れて新しい世界を探検しに出かけられます。子どもは「探検して、戻ってきて、安心する」ということを繰り返しながら、過ごせる世界を広げていきます。

大人も何かと変化のある春、親子でほっとして新しい門出を楽しめますように。
(すもも)

患者様・保護者の皆様へ

令和5年3月13日より当院では「乳幼児健診・予防接種」の時間帯は医師・職員のマスク着用は原則いたしません。

保護者の皆様におかれましても、マスクを着用されずに診察を受けられてもかまいません。

医師・職員のマスク着用を希望される方はご遠慮なく申し出てください。

かねはら小児科 院長

病児保育室「ここいえ」通信

くるくるリング

〈必要なもの〉

- ・ペットボトル
 - ・針金（2.0mmの自在ワイヤー）
 - ・カラフルチェーンリング
- 100円ショップで購入可能

〈道具〉

- ・キリ ・ニッパー ・はさみ
- ・ビニールテープ ・直径1cm～1.5cmのペン

〈作り方〉

①直径1cm～1.5cmのペンにワイヤーを13回程巻きつける。このとき先端は5cm程残す

②①の端と端を引っぱりペットボトルの長さまで伸ばしてチェーンリングを通す

③ペットボトルを下から10cm程度のところでカットする

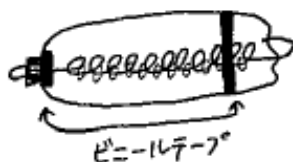
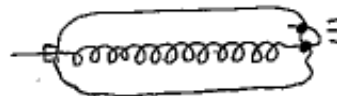
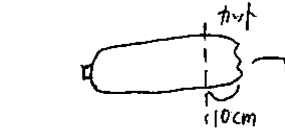
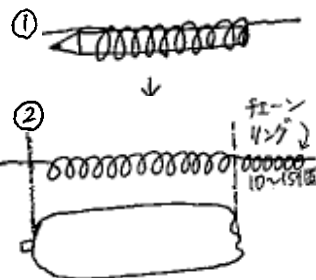
④③でカットした底面とキャップにそれぞれ2か所キリで穴をあける
※このとき、真ん中と少し離れた所にあける

⑤ペットボトルの口からワイヤーを入れてリングを通し底部の真ん中の穴から出す。出てきたワイヤーをくるっと曲げてもう一つの穴に押しこむ
長すぎる場合はカットする

⑥反対側をキャップの穴に通して⑤と同じように端を押しこむ

⑦キャップとペットボトルの切り口をビニールテープで固定する

螺旋状に滑り下りてくるチェーンリングを楽しんでね♡



完成!!

おすすめの絵本

『マスクバイバイ』

作：いしもとみかよ
絵：えんどうあゆみ
発行：東京図書出版



マスクの世界で過ごした3年間。お友達や先生の顔を見ないで過ごした子ども達。そんな子ども達のこころの声が絵本になりました。

これから子ども達はマスクのない世界への窓をどう開いて、どのように歩いていくのか。マスク社会を作ったおとな達へのメッセージです。

栄養相談日

栄養士が担当します。子どもさんの栄養に関すること何でも相談してください。
時間 14時から16時まで

4月 5日(水) 5月10日(水) 6月 7日(水)
4月19日(水) 5月24日(水) 6月21日(水)

夜間急病診療所のご案内

夜間の急病時には夜間急病診療所をご利用下さい。
場所 下関市大学町2丁目(市大近く)
診療時間 19時～23時 電話番号 252-3789

発行人 かねはら小児科 金原 洋治
山口県下関市生野町2-28-20
083-252-2112
HPURL <http://www.kanehara-syonika.com>

編集後記

高校生の息子に突然「お弁当箱いっぱい冷凍チャーハンが食べてみたい」と言われました。翌日、その夢を叶えてあげました。想像以上の喜びに、母の気持ちは複雑です。
(らこすけ)

