発行☆すこやかサークル事務局・立川相互病院付属子ども診療所℡042-525-6555

会員数は2,250人（7/19現在）

すこやか サークル新聞

2018年8月号

毎年恒例”子ども保健学校

夏休み病院探検のお知らせ

8月21日(火)PM1:30～

「夏休みの自由研究にピッタリ」と好評です。

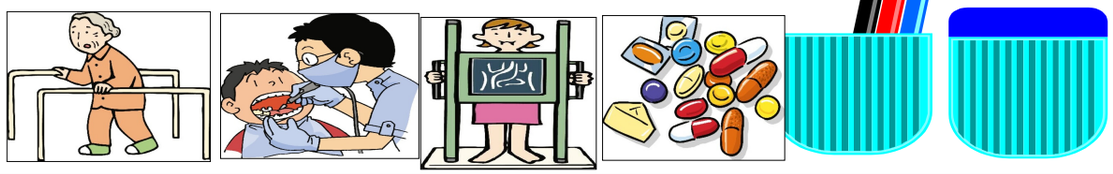
★まだまだ申し込み受付けています★

参加できるのは小学校3年生以上、中学1年生まで。

参加費100円が必要です（行事保険料含む）。

申し込みは、子ども診療所へお願いします。

℡042-525-6555



7月7日（土）誕生のひみつを開催しました

今回は、錦町にある保育園のお部屋を借りて、午前・午後の2回開催しました。合計33組の親子が参加されました。

この順番におはなしをします。子どもたちが疲れないように、途中途中で工夫されています。

第2部は親子別々になって、子どもたちは助産師さんに「生まれる」時の絵本を読んでもらったり、自分やお友達の心音を聞かせてもらったりしました。みんな真剣そのもの。

”赤ちゃん体操&育児相談会”

8/21(火)10:00～11:30!定員10組まで

場所：子ども診療所隣り.フィットネスセンター

今回のミニ学習会は「歯と口腔ケア」です

お申込は子ども診療所042-525-6555まで

対象は5ヶ月から1歳未満の赤ちゃん

6月19日の回の様子

毎回、自己紹介・体操・学習会・育児相談とすすめています。

自己紹介では「わが子自慢」をしてもらいます。今回は「足の裏のサラサラのところ」‼ など、たくさんでてきますよ ‼

「うちの子ハイハイしないんです」等の相談質問がありましたが、9月号で少しご紹介します。

7月18日おくすり・リハビリ講座の報告

夏ならではの、日焼けやあせものお肌のケア、おくすりの使い方の学習をしました。、今回学習した内容のことや、普段気になっていて聞けてなかったことなども、おくすりの専門家に気軽に質問・相談ができます。

リハビリは、パワーポイントでの講義のあと、実際に姿勢の直し方や、抱っこ紐の調整をしてもらいました。
リピーターさん続出!何度でも参加できます。

次回のおくすりとリハビリ講座は
9月18日（火）10：00～11：30
場所：フィットネスセンター
おくすり講座のテーマは「防災と備蓄薬」

お申込みは8月15日から子ども診療所
042-525-6555へお電話ください

今後のすこやかサークルの企画

秋に定例の「すこやかコンサート」
冬に「乳がん自己検診学習会」
を予定しています
日程が決まり次第、お知らせいたします。
子ども診療所ホームページ すこやかサークル 今後の予定も、ぜひご覧ください。

○子ども診療所の夏休み休診はありませんが、各医師は学会出張等で休診の日がありますのでご確認ください。
ホームページのお知らせに掲載しています。
http://www.t-kenseikai.jp/kodomo-cl/

子ども診療所から お知らせ

ワクチン接種はお早めに、ぜひ夏休み中にすませましょう!
木曜日夜間は17:00～19:00まで、ワクチン予約を受け付けています。
あらかじめ予約してください。

*MR(麻疹・風疹)II期：年長児
*二種混合（ジフテリア・破傷風）II期：11歳～13歳未満

右のバーコードから予約システムに入れます
http://ssc.doctorqube.com/kodomo-cl/

熱中症対策

熱中症は予防が大切です。まずは水分補給を。
お子さんは胃が小さいのでこまめに少しずつあげます。
麦茶やお子様専用の水分補給飲料がベストです。
ポカリなどは、砂糖が多すぎるので2倍以上に薄めます。
外に出るときは飲み物を携帯しましょう。
いつもと同じように尿が出るように与えます。
体をお絞りで拭いて、汗や熱を取るようにしましょう。

外遊びは日中の一番暑い時間帯（12時から15時）は避けましょう。
衣服は袖なしより半袖の方が、肩やわきの下の汗を吸い取ってくれます。

でも今年の酷暑では、クーラーの効いた室内が安全ですね!!

絵本の紹介「おててがでたよ」
・林 明子 作 ・ 福音館書店

あれ あれ あれ なんにも みえない おてては どこかな
赤ちゃんと一緒に、絵をみておはなしして、「でたー」と、よろこんでください。