

# もくじ



- はじめに
- 当院について
- 発熱
- 咳・呼吸が苦しい
- 腹痛
- 嘔吐
- けいれん
- 発疹
- スキンケア
- 頭をぶつけた
- 異物誤飲
- お薬の飲ませ方
- こんな時どこを受診すればいいの？
- 受診窓口相談
- 相談機関・支援機関のご案内
- 昭島の子育てひろば
- 当院の子育て支援について

※この情報は 2025 年現在のものです。内容は変更になる可能性があります。

# はじめに



近年情報化がすすみ、育児にも様々な情報があふれる時代になりました。皆さまもスマートフォン等で情報を集めていらっしゃると思います。しかし、正しい情報ばかりではなく、皆さまを迷わせるものも多いかと思えます。当院では、子育てに役立つ情報を発信したいと思い、この度「子育て応援ブック改訂」を作成しました。少しでも皆さまにお役立ていただければと思います。

太陽こども病院 看護部一同



当院受診者の症状に対する処置をまとめて記載してあります。参考にして頂ければ幸いです。

院長 木内 巻男



初めての出産、育児で日々奮闘されていることと思います。「赤ちゃんの顔に湿疹ができた」、「急に発熱してしまった」、「薬を処方されたけどうまく飲ませられない」など様々なお悩みがあるかと思えます。本冊子がそんなお悩みの一助になれば幸いです。他にも予防接種や離乳食の進め方がわからないなど、ご質問がありましたら、お気軽にご相談ください。

副院長 内田 美穂





# 当院について



24 時間、365 日の体制で安心した子育てを応援します。

## 《診療案内》

### ●小児内科(中学生まで)

※耳鼻科、火傷、外傷、その他専門的対応が必要な疾患は診察できません。

### ●診療時間

午前:月曜～土曜 9:00～11:30(受付:8:00～11:30)

午後:月曜～土曜 14:00～18:30(受付:13:00～18:30)

※自費の健康診断をご希望の方は、16:00 までとなります。

※水いぼ処置をご希望の方は、15:00 までとなります。

### ●予防接種:母子手帳を準備し、WEB から予約をお取りください。

自費ワクチンは窓口で予約をお取りします。(料金前払い)

### ●救急診療 来院前に必ずお電話ください。

救急を要する患者さんのために、休日・夜間でも診療を行っております。休日、夜間は救急診療体制になりますので、処方・検査には限りがございます。また、少人数のスタッフで対応しており、混雑状況に関わらず待ち時間が長くなることもございます。定期処方を行っておりません。



太陽こども病院は  
こどもと家族の応援団!

### <休日診療>

午前 9:00 ～ 11:30

午後 14:00 ～ 16:30

### <診療外診療>

月～土 20:00 ～

日・祝日 19:00 ～

受診時必要なもの(下線部は必ず持参)

☑診察券 ☑保険証 ☑医療券☑お薬手帳

☑母子健康手帳 ☑紹介状 (ある方)

専門外来について 詳細は当院ホームページをご覧ください



### ●夜尿症:5～6 歳を過ぎても夜尿でお悩みの方はご相談ください。

<担当医師> 木内医師

### ●成長ホルモン分泌不全症:低身長でお悩みの方はご相談ください。

<担当医師> 木内医師

### ●食物アレルギー 完全予約制 同じ医師で通院ください

※舌下免疫療法もおこなっております

<担当医師> 内田:月曜・木曜の午前・午後

小林:水曜の午前・午後、金曜の午後

川原:火曜の午前

木村:金曜の午前



### ●頭のかたち外来: 電話予約のみ

頭のゆがみが気になるお子さんを対象に 3D 撮影を行い、その結果をもとにヘルメット治療を行っております。

※ヘルメット治療開始後自費診療となります。



### ●小児外科:電話予約のみ

鼠径ヘルニア、陰嚢水腫、停留精巣、移動精巣、臍ヘルニア、肛門周囲膿瘍 裂肛(切れ痔)、包茎、舌小帯短縮症、上唇小帯短縮症などです。

全身麻酔での手術が必要な病気は、対応可能な施設をご紹介します。

<担当医師> 伊藤医師





## 発熱



- 子どもでは一般的に37.5度以上を発熱と考えます。
- 熱は体の免疫反応であり、高熱を出すことで病原菌とたたかっています。そのため急いで熱を下げる必要はありません。
- 熱の高さと病気の重さは必ずしも関係ありません。高熱だけが原因で脳の障害は起きません。

### すぐに受診



- 3ヶ月未満で38℃以上の発熱がある
- ぐったりして顔色が悪い
- 呼びかけてもぼんやりしている
- 水分が摂取できない
- おしっこが12時間以上出ない

### 診療時間内に受診



- 元気で発熱が3～4日以上続いている  
※熱が出ても、比較的元気で水分も摂取できるようなら、夜間や休日に救急受診する必要はありません。

### 解熱剤について



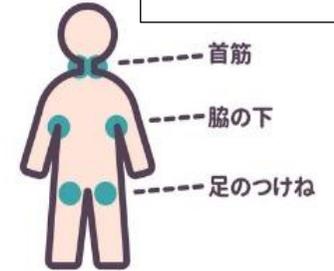
解熱剤は病気を治す薬ではありません。一時的に熱を下げてくれます。熱が高くても元気なら急いで使う必要はありません。高熱でつらくて水分が摂れない、眠れないなどの場合に使いましょう。

## ホームケアのポイント Point



- 水分補給をこまめにしましょう。食事は無理しなくても大丈夫です。食事が摂れない時は糖分・塩分の入ったものにしましょう。
- 熱の出始めは、寒気がして震えるので保温をしましょう。手足が熱く、顔も赤い時は薄着にし、首や脇の下、足の付け根を冷やしましょう。  
※本人が嫌がる時は無理に冷やさなくて大丈夫です。
- 元気があれば、短時間の入浴は可能です。

体の冷やす場所



小さな子どもは言葉で症状を正確に訴えることができません。発熱がなくても、いつもと違う気がすると感じたときは観察ポイントを参考にし、受診のタイミングを判断しましょう。

### 観察ポイント



- 食欲はあるか
- おもちゃで遊ぶか
- 手足は動かしているか
- 声かけに反応し、目線は合うか
- 声が変わらないか、泣き声は弱々しくないか
- あやすと笑うか、まわりに興味をしめすか
- 顔色は悪くないか
- 皮膚の色がチアノーゼ、まだらになっていないか
- 泣き止まない場合は、どこか痛いところはなさそうか
- 他の症状がでてこないか（熱・嘔吐・咳・呼吸がゼイゼイする等）



## 咳・呼吸が苦しい



●咳・呼吸が苦しいときは次のことを確認しましょう。

### すぐに受診



- 苦しくて顔色が悪い
- 近くにいてゼイゼイが聞こえる
- 肩で呼吸している
- 鼻の穴がピクピクしている
- 鎖骨の上や肋骨の下がくぼむ
- 横になって眠れない
- ケンケンした咳をしている

### こんなときはすぐ受診



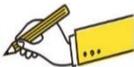
### 診療時間内に受診



- 咳が多くても、水分や食事がまらず摂れる
- 横になって眠れる

### ホームケアのポイント

#### Point



- 部屋を適度に加湿しましょう
- 鼻水が多い時は吸引も効果的です
- 水分は少量ずつ頻回に摂りましょう
- 縦抱きや上半身を挙上すると呼吸が楽になる場合があります



## 腹痛



- 腹痛は様々な原因で起こりますが、便秘が原因のことが多いです。
- いつ最後の排便があったのか、便の様子も観察しましょう。
- 外科的処置が必要になる場合もあります。子どもの痛みの判断も難しいため、次のことを確認し、心配な時は相談しましょう。

### すぐに受診



- 痛みが強くて歩けない
- 常に強い痛みがある
- 嘔吐を繰り返し、吐物の色が茶色・緑色である
- 血便がある
- 泣き方が激しく、間隔をおいてまた泣く(乳児)
- ぐったりしている、顔色がわるく、反応が鈍い

### 様子をみながら受診

- 痛みはあるがなみがあり、我慢できる痛み
- 水分、食事が摂れる
- 便をしたら落ち着いた
- 眠れそう



# 嘔吐



●子どもはよく嘔吐します。胃腸炎や咳き込んで、食べ過ぎて、はしゃぎすぎてなど様々です。治療が必要な場合もあります。嘔吐した時は次のことを確認しましょう。

## 必ず受診

- 嘔吐症状が強く、半日以上水分が摂れない
- 顔色が悪く、ぐったりしている
- 口や舌が渇き、泣いても涙が出ない
- 吐く以外に血便や発熱もある
- おしっこが8時間以上でない

## ホームケアのポイント



### □ゆっくり経口補水療法

吐いた後は1~2時間程度水分を摂らずに様子を見ましょう。  
 その後スプーンやペットボトルのキャップ1杯程度の水分を摂取し、嘔吐がなければ10分ごとに2杯、3杯・・・と増やしましょう。嘔吐後は喉が渇き飲みたがりますが、嘔吐しないためにも少量ずつにしましょう。  
 塩分・糖分の入ったものを補給しましょう。(OS-1、アクアライト、みそ汁、ミルク等)食事は水分が1回100ml程飲んでも嘔吐せず、本人が食欲があれば開始しましょう。消化のよいお粥、うどんなどから始めましょう。  
 嘔吐もピークは1日程です。その間嘔吐の回数を少なくし、脱水にならないよう気をつけましょう。



## お家感染予防のポイント



### 消毒は次亜塩素酸ナトリウムやアイロンで

<作り方>

- ①ハイターなどの塩素系漂白剤を500mlのペットボトルキャップ2杯分(10ml)入れる
- ②同じペットボトルに水を入れ薄める
- ③誤飲しないように必ずラベルをつける
- ④作ったら最後まで使い切る



誤飲しないよう必ず注意書きをする。

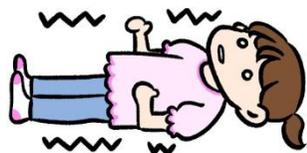
### 嘔吐・下痢の処理は？

- 新聞紙・キッチンペーパー・古い布
- 次亜塩素酸ナトリウム
- ビニール袋を掛けたバケツ
- 使い捨てマスク
- 使い捨てビニール手袋

- 1 マスクと手袋を装着。
- 2 キッチンペーパー・古い布・新聞紙を吐物より広めに掛ける。
- 3 次亜塩素酸ナトリウムを上から掛けて吐物を拭き取る。
- 4 処理した吐物や下痢のオムツは拭き取ったものごとバケツに入れる。
- 5 全部袋に入れて、ぎゅっとしばって封印完了。処理後は必ず手を洗う。

洗濯機の洗浄も50~80倍に薄めた塩素系漂白剤でフルコース洗いを1回。

# けいれん



- なんらかの原因により脳神経が異常に興奮し、本人の意思と関係なく一定の時間体がピクピクしたり突っ張ったりします。熱性けいれん・胃腸炎関連けいれん・髄膜炎・脳症・てんかん等があります。
- 呼びかけても反応がない、白目をむく、口唇の色が青ざめる、口から泡を吹く、嘔吐を伴うこともあります。

## あてはまる時は救急車を呼びましょう



- けいれんが5分以上続く
- けいれん後30分たっても意識が戻らない
- けいれんを短時間に繰り返した
- けいれんする前に頭を強くぶつけていた

## 落ち着いて観察を

けいれんのほとんどは数分(5分以内)で止まります。  
その場に居合わせた時は観察ポイントを参考に観察しましょう。  
観察ポイント事項のメモが撮影できたら動画があると診察時役立ちます。  
けいれんが止まったら落ち着いて受診をしましょう。



## 観察ポイント



- 持続時間→5分以上続く場合は救急車
- 手足の動き→左右対称ですか？
- 目の向き→どこを見えていますか？
- 顔色→青くなっていますか？
- 体温→熱はありますか？

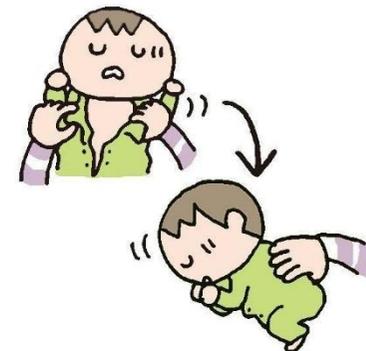
## ホームケアのポイント Point

- 平らで安全な場所に寝かせましょう。衣服がきつい時はゆるめましょう。
- 吐いたものが喉につまらないように顔を横に向け、上の観察ポイントに沿って観察します。



### 《やってはいけないこと》

- 口の中に手や指を入れない
- ゆすったり叩いたりしない
- けいれん中に飲み物等はあたえない(誤飲や窒息のリスク)



## けいれんと紛らわしい症状

**悪寒:**体が急に熱を上げようとする時に筋肉を細かく収縮させて熱を作ること。けいれんのように全身震えるが、意識がある。悪寒がある時は温かくしましょう。

**熱せん妄:**高熱がある時にぼーっとしたり、うわごとを言ったりすること。意識がないように見えるが、名前を呼んだり、肩を叩くなどの刺激で反応がある。



# 発疹



- 発疹は様々な理由で出現する症状ですが、すぐに受診しなければならないのはアレルギーによる急性反応であり、アナフィラキシーのときです。
- アレルギー食物を摂取していないか、初めて摂取した食物がないか確認しましょう。また食べた時間、量、症状の出現時間をメモしましょう。
- 発疹は出ているが、他に症状がない、活気、機嫌も良い時は慌てずに対応しましょう。写真に撮っておくと診察時役立ちます。
- 発疹は色々な原因でできます。続く時は相談しましょう。

## あてはまるときは救急車を呼びましょう

- 咳や呼吸がくるしそう
- 顔色が悪く、ぐったりしている
- 腹痛・嘔吐がある



## すぐに受診



- 冷やしてもかゆみが強く我慢できない
- 全身にひろがるじんましん



## 診療時間内に受診



- 発疹が一部でかゆみが弱い(冷やすと軽減する)
- 発疹がでたり、ひいたりが続いている

## よくある発疹について



### <じんましん>

一時的に出現するかゆみのある赤くて膨らんだ発疹です。丸や楕円形、地図上に膨らみます。数十分から数時間で消失することが多いです。食物アレルギーや感染、温熱刺激や物理的刺激が原因です。



一部でかゆみが弱ければそのまま自然消失します。かゆみは冷やすと軽減します。かゆみが強い、広がる場合には、抗ヒスタミン薬の内服を行います。外用薬はあまり効果がありません。

### <乳児湿疹>

新生児から乳幼児期にみられる湿疹です。治療としては石けんで優しく洗い保湿します。ひどい場合はステロイド剤を使用します。

湿疹はぶり返すことも多いですが、生後3~4ヶ月頃に自然と良くなってきます。アトピー性皮膚炎との区別が難しいこともあります。



### <アトピー性皮膚炎>

アレルギーでおこる湿疹です。2カ月以上持続するかゆみのある慢性的な湿疹です。乳児期は顔や首、腕の外側、足の表側などにできやすく、年齢が経つにつれて肘の内側や膝の内側などにできやすくなります。掻くと刺激となり悪化するため早めに相談しましょう。





# スキンケア

- 子どもの皮膚は大人の半分の厚さです。また、水分と皮脂がとても少なく、ドライスキンになりやすいです。
- 乳幼児はバリア機能が弱く、病原菌やアレルゲンなどが侵入し、トラブルが起こりやすいです。予防のためのスキンケアが大事です。
- スキンケアは①洗うこと②保湿が重要です。

## 《洗いの3つのポイント》

- ①ふわふわの泡で洗う
- ②ゴシゴシ擦らず優しく手のひらで洗う
- ③肘やひざ、首のしわをしっかりと伸ばして洗う

いい泡は逆さまにしても落ちない



ふわふわの泡で洗うことで、汚れの吸引力が up し、摩擦を抑え肌に優しい洗い方ができます。洗う時は、皮膚の溝をしっかりと伸ばして洗い、シャワーで流す時も、溝をしっかりと伸ばして石鹸カスが残らないように洗い流しましょう。



●入浴後は水分を拭き取ったらすぐに塗る  
皮膚の乾燥を防ぐために、できるだけ早く、軟膏を塗りましょう。

●たっぷりと皮膚に乗せるように優しく塗る  
湿疹のある部分は吸収がよいので、すり込む必要はありません。湿疹がある部分はデコボコしているため、軟膏を薄く伸ばしたり、すり込んでしまうと出っばっている部分に薬がつかず、よくなりません。

擦り込まないようにしましょう。



たっぷりのせるように塗ると、  
湿疹部分に薬がつかます。



表面が軽くべたつき ティッシュが貼りつくくらいが目安です

## ●塗る量の目安

大人の手2枚分の面積に軟膏は人差し指第一関節の長さの量、ローションは一円玉大を塗る。塗った後ティッシュが落ちないくらいが目安です。



スキンケア動画作成しました。洗いや保湿編をご覧ください

洗いや編



保湿編



# 頭をぶつけた



- 受傷直後には症状が出にくい場合もあります。
- 受傷後24時間は安静と観察が必要になります。

119



## こんな時は救急車を呼びましょう

- 反応がなく意識がない
- けいれんを起こしている
- 名前を呼んでも反応が鈍く、ぼーっとしている
- 手足の左右の動きが違う
- 出血が止まらない

受診しましょう ※専門的な科へ受診が必要な場合があるため、事前に病院

へ確認しましょう。

- 手足に力が入らない、しびれがある
- 歩行がいつもと違う、不安定
- 繰り返し吐く
- 物が見えづらい、目の焦点が定まらない
- 頭痛がひどくなる
- 不機嫌でぐずり方が激しい
- よく眠る(普段寝る時間帯ではない場合)



## 日常生活の注意点



食事:受傷後2時間は食事(ミルク)は避けましょう。(飲水は可)。

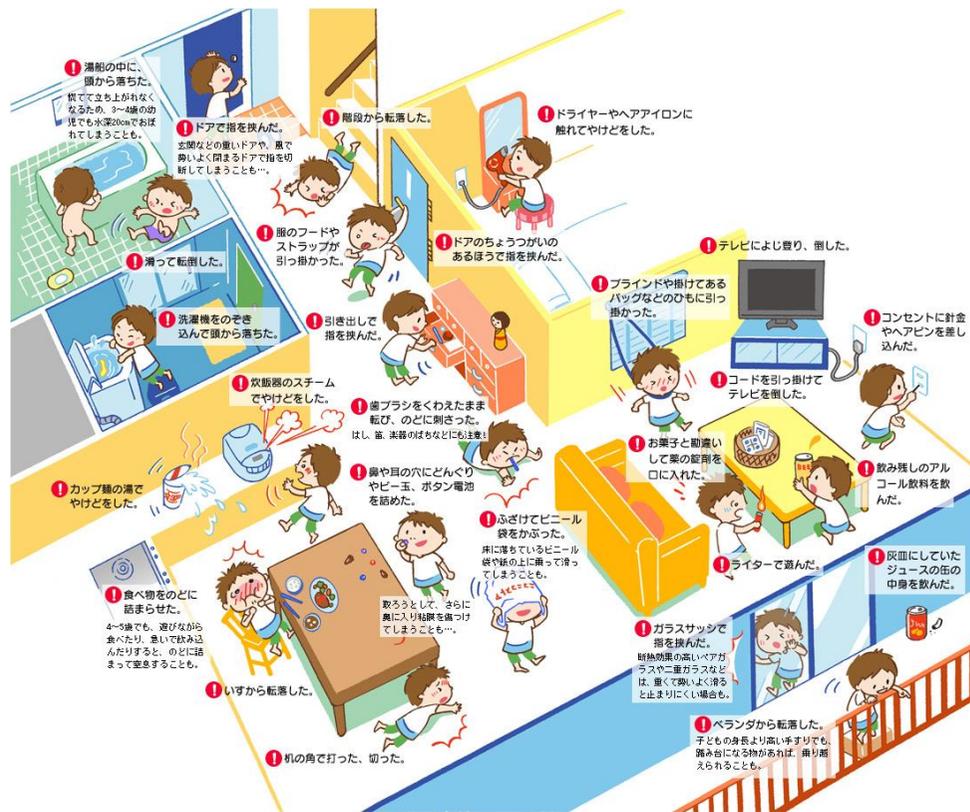
食事開始は飲水後、嘔吐がない事を確認してから始めましょう。

入浴:当日の入浴は避けましょう。いつも通り元気があればシャワーはOKです。一人で入るお子さんは保護者の方が時々声をかけるなど、様子を見てください。

運動:激しい運動は止めましょう。お出かけも避け、自宅で安静に過ごしましょう。

就寝:すぐに変化がわかるように、一人では寝かせないようにしましょう。一緒に寝られない時は時々様子を見てください。

成長発達に合わせた生活環境を整えることが事故防止につながります。お家に危険がないか確認しましょう。



# 異物誤飲



- 生後5ヶ月を過ぎると誤飲の事故が増えます。
- 口からだけではなく、鼻や耳に入れることもあります。
- 誤飲で多いのは①タバコ②医薬品③プラスチック製品やおもちゃです。

## 誤えん・誤飲対処早見表

吐かせない  
同じものを持参

緊急度	飲んだもの・状態
救急車 119	<input type="checkbox"/> 苦しそうな呼吸 <input type="checkbox"/> 窒息、顔色が蒼白い <input type="checkbox"/> けいれん <input type="checkbox"/> ぐったりして呼びかけてもぼんやり <p>119番</p>
	<p>●灯油 ●ベンジン ●除光液 ●農薬 ●殺虫剤 ●ネズミ駆除剤</p> <p>こんな場合も救急車を要請してOK</p> <input type="checkbox"/> 突然の咳き込み、咳の出現 <input type="checkbox"/> 声がかすれている <input type="checkbox"/> ゼーゼー・ヒューヒューした呼吸 <input type="checkbox"/> 吐く・下痢・腹痛などの症状 <p>お医者さんに話したい</p>
自家用車で急いで受診	<p>●ボタン電池 できるだけ総合病院を受診</p> <p>●鋭利な異物 ガラス・針・ヘアピン・カッターの刃 など</p> <p>●磁石 同じものがあれば持参</p> <p>●家庭用化学用品 トイレ用スタンプ洗剤・パック型液体洗剤 吸水性樹脂・水で膨らむビーズ 芳香剤・消臭剤・防虫剤・漂白剤 など</p> <p>●たばこ 商品名、誤飲した量と内容</p> <p>●くすり 同じもの・お薬手帳もあれば持参</p> <p>●コインやおもちゃ等 よく誤飲しやすいもの</p>
	<p>●少量のインク、クレヨン、絵の具、粘土、化粧品（口紅、ファンデーション）、せっけん 心配な場合は電話などで相談の上受診</p>
	<p>症状がなくても受診してください</p>
	<p>診察時間内</p>
	<p>大阪中毒110番 072-727-2499 つくば中毒110番 029-852-9999 タバコ誤飲事故専用電話 072-726-9922</p>

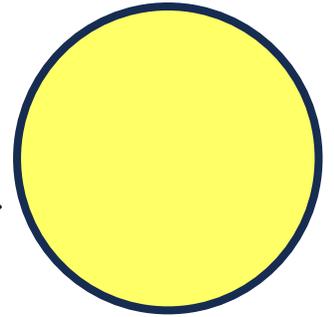
誤飲での受診の際は基本的に

吐かせないで 同じものがあれば持参 してください。

## 誤飲予防ポイント

①誤飲するサイズ(イラスト参照)

この円を通るものは赤ちゃんの口に入ります！  
目安はトイレトーパーの芯



- ②小さな生活用品は手の届かない高さや場所に
- ③兄弟の小さなおもちゃに注意
- ④誤飲しやすい食品に注意・大きな食品は刻む
- ⑤異物を口に入れているのを発見したときは大声を出さない  
発見者が大声を出したり、慌てたり叱ると子どもがビックリしてり泣き出して飲み込んでしまうことがあるので慌てず優しく口から出させる。

《気をつける食べ物》



## 気道にもものが詰まったときの対応方法

子どもを大人の太ももの上でうつぶせに乗せて、片方の手で顔を支え、頭を胸よりやや低い状態にします。もう片方の手の付け根で背中の中を何度か連続で叩きます。

東京消防庁のYouTube 背部叩打法



乳児の場合



幼児の場合



# お薬の飲ませ方



- 薬によっては混ぜられないものや不味くなるものがあるので薬剤師さんに相談しましょう。
- ミルクやご飯に混ぜると食べなくなることがあるので気をつけましょう。

## シロップの飲ませ方



- スプーンでスプーンのように
- スポイトで頬の内側にゆっくりと流し込む
- 哺乳瓶の乳首を使って吸わせて
- コップでそのまま



## 粉薬の飲ませ方

- 少量の水で溶く
- 少量の水を加え、団子状にし上あごや頬の内側に塗り、飲み物を与える
- おくすりゼリー等食材に加えて飲む



## おすすめ食材

- ①単シロップ
- ②練乳・ジャム
- ③バナナやリンゴのすりおろし
- ④パンに塗るチョコレート
- ⑤ヨーグルト
- ⑥アイスクリーム
- ⑧みそ汁・コーンスープ(ぬるい状態で混ぜる)
- ⑨のりの佃煮

※食べたことがないものはやめましょう。

1歳未満のお子さんにはハチミツはあげないようにしましょう。

## 坐薬の入れ方



乳幼児や飲み薬が苦手なお子さんや吐き気や熱で薬が飲めないときに適しています。

●坐薬の先端にベビーオイルやワセリンをつけ、肛門から入れます。

●挿入する時のこどもの体位は

- ①仰向けに寝させて、しっかりと両手でこどもの足を持ち上げる形(乳児)
- ②こどもを横向きに寝させて、足を曲げる形



●出来るおさんは「フー」などの声を出させたり、息を吐き、お腹の力が抜けた時に坐薬を肛門へ挿入します。

●坐薬が見えない程度に挿入し、1～2分くらい抑え、肛門から押し出されるのを防ぎます。

●排便をしたいと訴えることが多いですが、20分程我慢しましょう

薬の動画作成しました。ご覧ください。



粉薬とシロップの飲ませ方

坐薬の使い方



# こんな時どこを受診すればいいの？



口の中を切った	口腔外科・歯科	
やけど	皮膚科・形成外科	
水いぼ	皮膚科・小児科	
発育発達	小児科	
鼻血がでた	耳鼻科	
ハチに刺された	皮膚科・小児科	
耳が痛い	耳鼻科・小児科	
魚の骨が刺さった 鼻・耳に異物が入った	耳鼻科	
目ヤニ	小児科・眼科	
花粉症	小児科・耳鼻科	
目の充血	充血以外に症状なし→眼科 他に症状あり→小児科	
頭をぶつけた	傷がある→脳外科・形成外科 傷がない→小児科・症状次第で脳外科	
からだの痛み	部位によって小児科か整形外科	

# 受診相談窓口



東京消防庁救急相談センター(24 時間年中無休) TEL# 7119

救急相談センターでは、救急隊経験者や看護師、救急相談医が 24 時間待機して相談を受け付けています。

## 救急相談センターの主なサービス

- ・症状に基づく緊急性のアドバイス
- ・受診の必要性に関するアドバイス
- ・東京都内の医療機関を案内
- ・必要な場合は救急車を出勤

東京消防庁 HP



## こども医療でんわ相談

TEL# 8000

小児科医師・看護師に電話で相談でき、お子さんの症状に応じた対処の仕方や受診する病院等のアドバイスを受けられます。

【月～金(休日・年末年始除く)】午後 6 時から翌朝 8 時まで  
【土・日・休日・年末年始】午前 8 時から翌朝 8 時まで

## 小児救急でんわ相談



急な発熱・頭をぶつけた・嘔吐、けいれんなど 判断に困ったら

# 8 0 0 0

# 相談機関・支援機関のご案内



## こども家庭センター

子どもとその保護者、妊産婦に対する切れ目のない包括的な支援の拠点として、アキシマエンスに「こども家庭センター」が開設されました。



昭島市こども  
家庭センター



## こども家庭センターの4つの係



### 【統括支援係】 ☎042-519-5715

子育てに関する関係機関、団体、市民をサポートします。相談に関する総合的な調整も行います。

### 【子ども家庭支援係】 ☎042-543-9046

子育て、家庭・家族に関する悩み、子どもの養育について、相談員が総合的に対応します。

### 【母子保健係】 ☎042-519-6006

妊産婦・赤ちゃんと保護者、全ての乳幼児の健康と健やかな成長をサポートします。保健師などの専門職が相談や健診など、きめ細やかな支援を行います。

### 【児童発達支援係】 ☎042-519-2247

0歳から未就学児の発達の悩み、子どもとの関わり方をサポートします。心理士などの専門職が相談に応じるほか、児童発達への理解を深めるため啓発も行います。

## 絵本のある子育て



言葉を理解していなくても、赤ちゃんはちゃんと言葉を聞いています。繰り返しの言葉やリズムに触れることで、言語の基礎が自然と育まれます。0歳から絵本を読み聞かせることで親子の絆が深まり、一緒に絵本に向かい合うことで体が密着するので、お子様とのスキンシップもとることができます。



## 昭島市内の図書館のご案内



昭島市内には、6箇所の図書施設があり、利用することができます。詳しくはHPをご覧ください。

- 市民図書館
- 緑分館
- 玉川会館内臨時窓口
- 昭和分館
- やまのかみ分室
- もくせい号（移動図書館車）





## 昭島の子育てひろば



0歳から3歳までのお子さんとその保護者が親子で利用できる遊び場です。  
絵本の読み聞かせや歌あそび、季節の行事や子育てに役立つ講座も行っています。

### なしのき～なしのき保育園の園庭奥にある小さなひろば～

開所:月曜日から土曜日(祝日、年末年始を除く)  
時間:午前9時30分から午後4時  
場所:昭島市上川原町1-23-1(なしのき保育園内)  
☎:042-543-671



### ほりむこう～お庭を完備しているひろば～

開所:月曜日から金曜日(土、日、祝日、年末年始はお休み)  
時間:午前9時30分から午後2時30分  
場所:昭島市もくせいの杜1-2-28  
☎:042-541-2277



### もも～発達に合わせた遊びを楽しもう～

開所:月曜日から金曜日(土、日、祝日、年末年始はお休み)  
時間:午前9時30分から午後2時30分  
場所:昭島市もくせいの杜1-2-28



### りんご～子育てを楽しむヒントにあふれたひろば～

開所:月曜日から金曜日(土、日、祝日、年末年始はお休み)  
時間:午前9時30分から午後2時30分  
場所:昭島市玉川町1-7-3-106



### いちご～月齢にあったおもちゃ、手作りおもちゃあります～

開所・時間:月曜日から木曜日の午前9時30分から午後2時30分  
金曜日の午前9時30分から午後4時  
場所:昭島市つつじヶ丘3-3-15



### さくらんぼ～小さい赤ちゃん向けの手作りおもちゃが充実～

開所:月曜日から金曜日(土、日、祝日、年末年始はお休み)  
時間:金曜日の午前9時30分から午後2時30分  
場所:昭島市昭和町4-7-1(あいぽっく2階)



### くるみ～広いお部屋にたっぷりの遊具をそろえて、ゆっくり遊べる空間

開所・時間:月曜日から木曜日の午前9時30分から午後2時30分  
金曜日の午前9時30分から午後3時30分  
場所:昭島市拝島町2-4-26(拝島保育園2階)



# 当院の子育て支援について



- ブログ**:小児医療、子育てに役立つ情報を発信しています。



- 待合のきがかかり・お悩み BOX**:当院外来待合室にお悩み BOX が設置されています。投書されたものにスタッフがブログでお返事するものです。匿名なので気軽に何でもご相談ください。

- 栄養相談**:当院には小児専門の管理栄養士がいます。  
好き嫌い・離乳食の進め方・食事管理等、気になる食事や栄養 の  
ことお気軽にご連絡ください。  
ご希望の際は医師・看護師・受付スタッフへお声かけください。



MEMO

