

2012
vol.19

5月~8月

なごやかこどもクリニックコミュニティー誌

なごやかKids



O&A 夜尿症について(1)

—夜尿症の原因は?—

子育て相談

わらべうたの力(2)

—脳を育むわらべうた—

院長コラム

東北・夢の桜街道



NAGOYAKA
CHILDREN'S CLINIC

なごやかこどもクリニック

わらべうたの力(2)

— 脳を育むわらべうた —

日本タッチケア協会指導員

小島 まゆみ

「タッチケア」とは、育児の中で授乳したり、抱っこしたり、体を洗ったり…などのスキンシップだけでなく、意識して触れ合い遊びをしたりマッサージをしたりとより「質の高いスキンシップ」を求めるものです。

赤ちゃんに安心と喜びをあたえるわらべうた

最近脳科学とわらべうたに関する講演会を聴く機会がよくあります。乳幼児期の脳を育むための条件のひとつに、「正しく体を使い、よく動くこと」があります。それが楽しくて心地よい遊びであるということが脳の発達に重要です。伝承されてきたわらべうたの中には、大人のまねをして遊ぶものや「遊ばせ遊び」といったものなどがたくさんあります。

これらには聞いて、見て、まねをして体を動かしていろいろな部分の運動能力を育てると同時に、意識や感情をも育てる効果があります。親子で向きあつて楽しくするわらべうたあそびは、脳を育む条件にぴったりなのです。

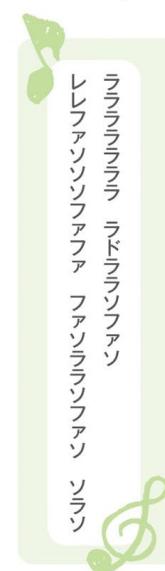
昔からの言い伝えで「三つ子の魂百までも」とか「つのつくうちの（九つ＝九歳）子育ては大事」というのも、脳科學でいわれる子どもの脳の発達と深く関わっているそうです。



(今回紹介のわらべうた)

♪「うまは としどし」

馬はとしどし ないでも強い

ララララララ ラドーラソフアソ
レレファソソソフアファ ファソララソフアソ ソラン

「愛知のわらべ歌」「日本わらべうた・戸外編」に載っていますが、全国的にうたわれていて思われます。

とじとし＝疾し疾して、すばやいという意味の古語なので、馬が走るように勢いよくゅらして遊ぶのが、意味と遊びが合っておもしろいと思います。右記の場合、「回目の「強い」で大きくゆすり、子どもを笑わせます。

●次回は、「人として生きる力を育てるわらべうた」を話題とさせていただきます。



院長コラム

東北・夢の桜街道

なごやかごどもクリニック 上條 隆司

今回も東北地方の話題になりますが、昨年の大震災からちょうど1年経過しました。復興は進んでるというものその速度は遅々としたもので、被災地で暮らす方が今でも不自由な生活をされていることに心が痛みます。ただそのような中でも季節は確実にめぐり、桜の開花を願う時期となりました。東北地方には桜の名所が数多くあります。昨年から東北6県と東京都をはじめ民間企業も参加する団体が「東北・夢の桜街道——桜の札所・八十八か所巡り——」を提唱しています。

市青森県)までの88の桜の名所を巡る旅とのことです。三春滝桜(三春町滝・福島県)から始まって、弘前城(弘前

ロタウィルスワクチンを開始します — 冬期下痢症の予防 —

冬期に1歳前後のお子さんに起る下痢の原因ウイルスとして、ロタウイルスが知られています。白色の水様性の下痢で時に脱水症状を起こし、補液などが必要となることがあります。昔は白痢(はくり)と呼ばれ、恐れられていました。

ロタウイルスに対するワクチンは欧米などでは以前から普及していましたが、日本でも最近接種(経口)できるようになりました。生後6週から24週までの乳児に計2回接種します。生後2ヵ月目と3ヵ月目にヒブや肺炎球菌ワクチンとともに接種することをおすすめします。有料で当クリニックでは1回13,500円+税となります。今年の10月から、名古屋市では一部公費負担となる可能性があります。



夜尿症について(1) -夜尿症の原因は?-

今回は小学生くらいのお子さんに時々みられる「夜尿症」について
考えてみたいと思います。



Q1 「おねしょ」と「夜尿症」の違いは?

A1 お子さんが夜寝ている間に無意識に排尿してしまうのを「おねしょ」といいます。幼児期で「おねしょ」をするのは生理的なもので問題ありません。成長につれて膀胱の容量が大きくなるため、5・6歳を過ぎると「おねしょ」は減ってきます。学童期になっても週に2~3回以上「おねしょ」がある場合「夜尿症」と呼ばれます。7歳以上で「夜尿症」のあるお子さんは、しばしば治療の対象となります。



Q3 夜尿症の原因は?

A3 膀胱炎など尿路感染症や腎臓の病気が原因となることがあります。そういうお子さんはかなり稀です。Q2でお答えしたように、神経とホルモンによる尿量の調節の未熟なことが本質です。「親の育て方が悪い」とか「本人の心がけがよくない」ということが原因ではありません。ご家族だけで悩まないで、できれば専門医と相談して下さい。



●次回は「夜尿症の分類と治療」について考えたいと思います。

column

滝桜はまだ見たことはありませんが、日本を代表するベニシダレザクラの巨木(樹齢1000年以上)が有名で毎年30万人くらいが訪れるようです。私は学生時代を弘前で過ごしました。(弘前大学医学部)、弘前城の桜は友人などと毎年楽しみました。城内に50種類以上の約2600本の桜が咲き誇る様は圧巻です。特に城を背景にライトアップされたシダレザクラのあやしいほどの美しさは、大学を卒業して30年以上たった今でも脳裏に焼きついています。また学生時代に訪れた角館(かくのだて)も忘れない町です(角館町・秋田県)。



武家屋敷の黒板垣に映えるシダレザクラも風情があります。日本人は古来より桜の美しさと、その散り際の潔さを愛していました。平安時代末期の歌人西行の「願わくは花の下にて春死なん、そのきさらぎの望月の頃」という句には彼の花^ハ桜を愛する気持ちがよく現れています。ちなみに日本では花といえば「梅」をさしていたのが、西行以来「桜」をさすようになつたようです。私も東北の桜をいつか観に行きたいと思っています。

春の弘前城

5月上旬には弘前城の桜も満開となっていることでしょう。

桜は人の心を明るくさせてくれ

ます。東北地方の人々は長くて

暗い冬が終わり、明るい春が来

るのを待ちにしています。被

災地に今も住まわれる人々が、心から春の桜を楽しめる日が来る

Q2 寝ている時の尿はどうなっているの?

A2 一般的に夜間には膀胱の容量が大きくなり、脳下垂体から抗利尿ホルモン(ADH)が分泌され尿量が少くなります。このため夜間の尿を朝までためておくことができます。この神経とホルモンのバランスは5・6歳以降に完成するのですが、これがうまく発達しないと「夜尿」となります。



Q4 夜尿症で気をつけることは?

A4 対策には3原則があります。1)起こさない:夜中に起こすと睡眠のリズムを乱してしまうことがあります。2)怒らない:お子さんはわざと夜尿をするわけではありません。怒っても治るものではありません。3)焦らない:夜尿の原因は様々で、兄弟でもちがいがあります。時間をかけて対処しましょう。また夕方からの水分摂取に注意が必要です。夕食時の水分(150cc程度)がその日の最後の摂取となります。冷えが夜尿の原因となることがあります。寝る前にお風呂に入る、布団を少し暖めておくことなども大事です。



滝桜はまだ見たことはありませんが、日本を代表するベニシダレザクラの巨木(樹齢1000年以上)が有名で毎年30万人くらいが訪れるようです。私は学生時代を弘前で過ごしました。(弘前大学医学部)、弘前城の桜は友人などと毎年楽しみました。城内に50種類以上の約2600本の桜が咲き誇る様は圧巻です。特に城を背景にライトアップされたシダレザクラのあやしいほどの美しさは、大学を卒業して30年以上たった今でも脳裏に焼きついています。また学生時代に訪れた角館(かくのだて)も忘れない町です(角館町・秋田県)。

武家屋敷の黒板垣に映えるシダレザクラも風情があります。日本人は古来より桜の美しさと、その散り際の潔さを愛していました。平安時代末期の歌人西行の「願わくは花の下にて春死なん、そのきさらぎの望月の頃」という句には彼の花^ハ桜を愛する気持ちがよく現れています。ちなみに日本では花といえば「梅」をさしていたのが、西行以来「桜」をさすようになつたようです。私も東北の桜をいつか観に行きたいと思っています。

滝桜はまだ見たことはありませんが、日本を代表するベニシダレザクラの巨木(樹齢1000年以上)が有名で毎年30万人くらいが訪れるようです。私は学生時代を弘前で過ごしました。(弘前大学医学部)、弘前城の桜は友人などと毎年楽しみました。城内に50種類以上の約2600本の桜が咲き誇る様は圧巻です。特に城を背景にライトアップされたシダレザクラのあやしいほどの美しさは、大学を卒業して30年以上たった今でも脳裏に焼きついています。また学生時代に訪れた角館(かくのだて)も忘れない町です(角館町・秋田県)。

滝桜はまだ見たことはありませんが、日本を代表するベニシダレザ克拉の巨木(樹齢1000年以上)が有名で毎年30万人くらいが訪れるようです。私は学生時代を弘前で過ごしました。(弘前大学医学部)、弘前城の桜は友人などと毎年楽しみました。城内に50種類以上の約2600本の桜が咲き誇る様は圧巻です。特に城を背景にライトアップされたシダレザ克拉のあやしいほどの美しさは、大学を卒業して30年以上たった今でも脳裏に焼きついています。また学生時代に訪れた角館(かくのだて)も忘れない町です(角館町・秋田県)。



イベントインフォメーション



イベントのご案内

なごやかこどもクリニックでは、さまざまなイベントを行っています。

クリニックの
催し

1

ベビーマッサージ

会場／クリニック待合室
参加費／1,500円
定員／6組(予約制)

平成24年
毎月
第3木曜日
午前10:00～11:15

参加費
1,500円

2

七夕会

会場／クリニック待合室
参加費／無料
定員／15組(予約制)

平成24年
7月開催予定

参加費
無料



お世話になりました!!

スタッフ交代のお知らせ



丸尾 友紀子 看護師
(H.21.5～24.3まで)
都合により退職

院長より
約3年近く頑張っていただきました。
今後は幸せな家庭づくりに全力を
注いでください。



田口 さおり 看護師
(H.22.1～24.3まで)
長期休暇（復帰予定）

院長より
2年余り勤務して
いただきました。
今回都合によりしばらくお休みとな
りました。来年の春くらいには復帰
していただく予定です。

以上、2名の看護師の退職・休暇の
ご報告をさせていただきます。



またこの春より、新しいスタッフ
(事務、看護師)加わりました。
皆様によりよい医療の提供ができるよう、一同が力を合わせて
きたいと思います。今後ともよろしくお願ひいたします。

クリニック ひなまつり会

平成24年3月1日(木)
in クリニック待合室

平成24年3月1日(木)AM10:30～11:30まで
クリニック待合室にて「ひなまつり会」を行いました。

手遊びや歌、エプロンシアター、工作などをしました。

約11組の親子に参加していただきました。

手遊びはお子さんとお母さんと一緒に

楽しそうにやっている姿がみられました。

工作では、皆かわいいおひさまを

作ろうと一生懸命でした。

皆そろって「ハイ、チーズ☆」

「おひなさまはだあれ?」のパネルシアター

ワクワクフェスティバル

平成24年4月22日(日)
10時30分～11時30分
場所／なごやか親子ネット



4月22日(日)雨の中、親子7組が参加されました。キー
ボード、ベース、サックス2人の奏でる音楽会です。トロロや、
アンパンマンでは足取りも軽やか、大人のムーディーなメ
ロディーにはうっとりしました。終わってから、「もう1回アンパ
ンマン聞かせて」とおねだりする子もいました。次は親子で、
こいのぼり製作。好きな色紙を貼り付けて、それぞれ個
性的なこいのぼりができました。皆でこの作品を壁に飾
りました。また、この「こい」たちを是非見に来てください。



クリニック診療時間(予約優先)

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00～12:00	●	●	●	/	●	●○
14:30～15:30	★	★	★	/	□	★
15:30～17:30	★	○	○	/	★	★
18:00～20:00	●	●	●	/	●	/

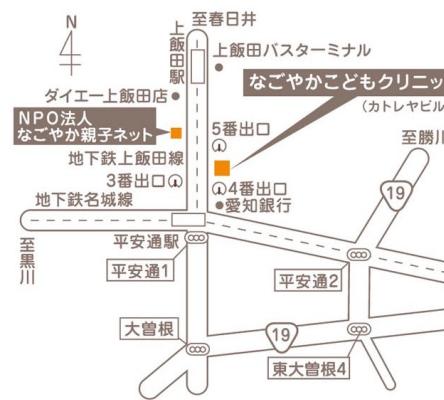
※19:30 受付終了

● 一般診療
★ 予防接種

◎ 成長発達(内分泌)外来
★ 肥満・糖尿病外来(月1回)

※土曜日は13:00まで

□ 乳幼児健診



駐車場のご案内

当院 立体P 建物 駐車可

駐車可

歯科

歩道橋 一方通行→

キクチ

当院 P1

愛知銀行

当院 P2

志ばた(うどん屋)

ファミリー マート

www.nagoyaka-child.com/