

成羽病院だより



Vol. 52 2025 夏号



夏だ！注意だ！熱中症！



5/17 看護展を開催しました！

- 看護の日（毎年 5月12日）
- 看護週間（毎年 5月12日～5月18日）

看護の日・看護週間にあわせて、5月17日（土）に外来で看護展を開催しました。当日は、身体測定や血圧測定のほか、今年は「働く私のお父さんお母さん」をテーマに職員の子どもさんが描いた力作の絵を展示しました。子どもたちから見たお父さんお母さんはとても素敵でした。



《夏に気をつけるべき子どもの病気》



副院長 生田真司（小児科）

夏かぜは主にエンテロウイルスとアデノウイルスが原因です。各々数十種類以上のタイプがあり症状も多彩ですが、特徴あるものに名前がついており、それが3大夏風邪です。

病名	かかりやすい年齢	原因	症状
手足口病	2~3歳	エンテロウイルス	・38~39度の発熱 ・手・足の裏、口、尻に小水疱
ヘルパンギーナ・	0~4歳	エンテロウイルス	・発熱 ・喉の奥に1~数mmの小水疱
咽頭結膜熱 (プール熱)	1~5歳	アデノウイルス	・発熱 ・扁桃腺の腫れ ・目ヤニ

ポイント1 感染を広げない予防対策を徹底

感染力は強く、保育園・幼稚園で次々とうつることがあります。手洗い・うがい（特にトイレの後・おむつ替えの後の手洗い）の励行、タオル・コップの共用を避け、休養と栄養・早寝早起きの生活リズムを整えたいです。

ポイント2 突然の発症も時間とともに回復

特別な治療はなく、休養と栄養、水分を取っていれば自然に回復していきます。慌てずかかりつけ医を受診し、症状に応じた治療を受けましょう。

ポイント3 病気が回復しても油断は禁物

症状は数日~1週間で自然治癒しますが、ウィルスはしばらく便などの排泄物、家具などに残っているので要注意です。

気をつけるべきは感染症だけではありません～熱中症に注意！～

気温が高くなる夏は、熱中症の危険性も高まります。言葉が話せない乳幼児は、喉が渴いてもそれを訴えることができません。ベビーカーに乗せて外出するときは、できるだけ日陰を通るようにしましょう。また、子どもは喉が渴くのも忘れて遊びに夢中になります。脱水に注意して、こまめに水分補給をするように気をつけてください。ぐったりした様子や嘔吐、筋肉がつるなどがあれば、体を冷やしてすぐに病院を受診しましょう。



夏 おすすめメニューのご紹介

栄養室長 管理栄養士 池田 三根

暑い夏におすすめのメニューを1品ご紹介！！
普段なじみのない一品を作つてみるのはいかがでしょう？

鶏飯（けいはん）

鶏肉や干し椎茸、錦糸卵、パパイヤの味噌漬けなどをご飯にのせ、スープをかけて食べる奄美地方の郷土料理です。
暑い時期はスープを冷やしてどうぞ。



《材料（1人分）》

鶏むね肉（皮なし）	60 g
干し椎茸	2枚
人参	10 g
きゅうり	10 g
塩	0.3 g
卵	1/2個
砂糖	2 g
塩	0.2 g
油	3 g

刻みのり	0.3 g
しょうゆ	小さじ1
砂糖	小さじ1
みりん	小さじ1
水	300ml
チキンスープの素（顆粒）	小さじ1/2
酒	小さじ1/2
薄口醤油	小さじ1/2

《つくり方》

- ① 人参は細切りにしてゆでる。
- ② きゅうりは細切りにして塩でもむ。
- ③ 卵は砂糖、塩を加えて溶きほぐし、油をなじませたフライパンで薄く焼き、せん切りにする。
- ④ 干し椎茸は水につけて戻して薄切りにする。椎茸のもどし汁にAの調味料を入れて椎茸を煮る。
- ⑤ 鍋に水とチキンスープの素を入れ、沸騰したら鶏肉を入れてアクを取りながらゆでる。火が通ったら取り出し、あら熱が取れたら細く裂く。
- ⑥ ⑤のゆで汁に薄口醤油、酒を入れて味を整える。
- ⑦ 器にご飯を盛り、鶏肉・しいたけ・人参・きゅうり・刻みのりをのせ、食べる直前に⑥のスープをかける。

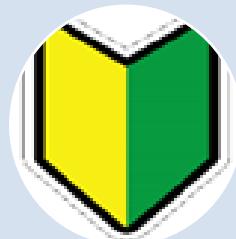
※パパイヤの漬物の代わりにきゅうりを使用しましたが、お好みで奈良漬けや刻んだ沢庵、紅しょうがをのせてもおいしく食べられます。

（ご飯除く）155kcal/たんぱく質18.7 g/食塩相当量2.1g



【看護部教育委員会からのお知らせ】

看護師の中には名札にマークが付いている人がいます。
そのマークの意味をご存じですか？
みなさまにも知っていただくために今回はそのマークの
意味についてお知らせします。



新卒、または病院勤務が初めてと
いう1年目看護師です



助言を受けながらメンバーシップ
を発揮でき、かつ指導を受けなが
ら夜勤または担当部署業務を行
います
おおよそ2年目看護師が付けます



メンバーシップを発揮しながら自
立して夜勤または担当部署業務を
行いますが、後輩への指導はまだ
できません
おおよそ3年目看護師が付けます

(マークなし)

独り立ちができたらマークがなく
なります。



新しい仲間が入れば、一日でも早く自立できるよう病院全体で関
わっています。みなさま、どうぞよろしくお願ひします！