

小児科だより

2025年7月号

和歌山生協病院附属診療所 小児科



いよいよ夏本番です。酷暑と呼ばれるような暑い日が今年も続きそうです。例年通り、熱中症対策として、こまめな水分補給とエアコンの使用を行いましょう。

カンガルー広場のお知らせ

和歌山生協病院小児科では、保護者の方を対象にした「カンガルー広場」を開催します。7月31日には「こどものアレルギー」（細部医師）というテーマで行います。参加の申し込みは、和歌山生協病院小児科の専用電話回線 073-471-8178 までお願いします。お電話は、平日の午後1～4時までの時間で行います。

熱中症対策について

熱中症は、高温多湿の環境下で体温の調整が破綻する健康障害の一つです。主な症状は、嘔気・嘔吐、頭痛、筋肉のこむら返りなどです。このような症状がでないようにこまめな水分補給が大切です。スポーツドリンクだけでは汗で奪われる電解質を補うことができません。そのため、スポーツドリンク＋塩分タブレットやOS-1などの経口補水液がお勧めです。水分補給のタイミングは、30分から1時間毎に行いましょう。必要な水分量は、1時間あたり【運動強度（Mets）×体重】mlとなります。運動強度は、厚労省のHPなどで確認することができます。熱中症アラートが発出されている場合には屋外での運動は控えましょう。

7月の診療体制について

	月	火	水	木	金
午前 9:00-11:30	佐藤	佐藤	奥田・佐藤	佐藤*3 細部*3	佐藤
午後	神経発達	アレルギー 小児リハ	神経発達 アレルギー		予防接種
夜間 16:00-19:00	佐藤		細部*2		佐藤

*1：すべて予約外来（事前予約が必要） *2：午後6時30分が最終受付時間

*3：佐藤医師（9:00-10:00）、細部医師（10:00-11:30）*土曜日は電話での事前予約診療のみ（月に1回程度）

7月の診療体制の変更について

7月4日（金） 午後診療 休診

7月17日（木） 午前診療 細部医師お休みのため佐藤医師の診察のみ

7月31日（木） 午前診療 佐藤医師お休みのため細部医師の診察のみ

お盆休みのお知らせ：8月13日から8月15日は午前診療のみ