

# しろやぎさんからの手紙

病児の保育しろやぎさんのポシエット

2025年2月 NO.102

2月といえば節分。鬼は外～福は内～。節分は立春の前日にあたる日をさすので、2025年の節分は2月2日でした。地球の公転周期のズレで年によって日付が変わるんだって!? 知ってた？

2月といえばバレンタインデー。昨今はラブチョコ色ですが、恋じゃなくても家族や友人等大切な人に愛と感謝をそっと伝えたい日ですね！



## << 溶連菌感染症がふえています >>

“のど”に感染して、咽頭炎や扁桃炎といった病気を引き起こす溶連菌感染症は例年、冬及び春から初夏にかけて流行します。伝染性膿痂疹（とびひ）や感染誘発性蕁麻疹など、様々な疾患を引き起こすこともあります。発熱（38～39℃）・のどの痛み・頭痛・腹痛・倦怠感で発症しますが、咳嗽や鼻水はないのが特徴です。また、発熱しないor発熱しても1日ですぐに解熱してしまうこともありますし、食べたり飲んだりすると吐く・1日5回以内の下痢等の症状で見つかることもあります。



感染後一定期間を経過すると首筋などのリンパ節が腫れたり、舌にブツブツができたり（イチゴ舌）、体や手足に小さくて紅い発疹が出たり（猩紅熱）することもあります。飛沫感染して2～5日の潜伏期間を経て発症します。治療には抗菌薬が用いられます。お薬を飲み始めると1～2日で症状が改善しますが、飲み始めて24～48時間以上経過して、症状がなくなるまでは保育園や学校は出席停止になります。

※溶連菌感染症は繰り返しかかることがあります。大人では倦怠感やのどの違和感などの症状が主で発熱はみられないことが多く、感染したパパやママや保育士さんが知らず知らず子ども達の感染源になっているケースもあり注意が必要です。

## << 抗菌薬のお話 >>

抗菌薬は細菌による感染症の治療に使うお薬です。お薬によって用法用量が決まれているのですが、お薬の量や服薬回数を正しく守らないと血液の中のお薬の濃度が低下して、細菌が完全に死滅せず、病気の治療が遅れたり、耐性菌が生じやすくなってしまう場合があります。一部の内科や耳鼻科医療機関でメリアクトやフロモックスを1日2回服用で処方されているケースが見受けられますが、メリアクトやフロモックスは1日3回服用しないと十分な効果が得られないお薬です。あれ？って思った時には子どものお薬の調剤に詳しい薬局の薬剤師さんに相談してみましょう。

## << BioFire SpotFire R Panel >>

BioFire SpotFire R Panelでは、インフルエンザや新型コロナウイルス等の病原体をPCR検査で調べます。インフルエンザや新型コロナウイルス以外にも、コロナウイルス・パラインフルエンザウイルス・ヒトメタニューモウイルス・RSウイルス・ヒトメタニューモウイルス・RSウイルス・ヒトライノウイルス/エンテロウイルスの感染の有無を1回のPCR検査で全て判定することができます。※当方は小学生以上の方、病児保育ご利用予定の方を対象に検査をしています。

RSウイルス 季節性コロナウイルス ヒトメタニューモウイルス



パラインフルエンザウイルス

ヒトライノウイルス/エンテロウイルス



## << 季節性コロナウイルスが流行中 >>

ヒトに感染するコロナウイルスには、風邪の原因ウイルスであるヒトコロナウイルス4種類（HCoV-NL63、HCoV-229E、HCoV-OC43、HCoV-HKU1 これらを季節性コロナウイルスといいます）と、動物に由来しヒトに感染すると重症化することがある新興感染症3種類（SARS-CoV、MERS-CoV、新型コロナウイルス＝SARS-CoV-2）が知られています。新型コロナウイルスの世界的な流行以前の報告では風邪の原因となるウイルスはライノウイルスが最も多く、次いでヒトコロナウイルス、インフルエンザウイルス、RSウイルスの順で多いとされていましたが、今冬は那珂市周辺で季節性コロナウイルスが流行しています。

症状は鼻水、喉の痛み、頭痛、発熱、咳で発症後2～4日は感染力が特に強く、最長2週間程ウイルスを排出することもあります。BioFire SpotFire R PanelなどのPCR検査で診断されます。季節性コロナウイルスについて詳しくはこちら



## << 新型コロナウイルス COVID-19 >>

新型コロナウイルスは、発症2日前から発症後7～10日間はウイルスを排出しているといわれています（症状軽快後もウイルスを排出しているといわれています）。発症後3日間はウイルス排出量が非常に多く、発症から5日間経過すると排出ウイルス量が減少します。

### 外出を控えることを推奨

- ・発症後5日間経過かつ
- ・熱が下がり、症状軽快から24時間経過まで

### 周りの方への配慮

- ・発症後10日間が経過するまでは、不織布マスクを着用、高齢者等との接触を避ける等の配慮を心がける



10日間を過ぎて咳やくしゃみなどの呼吸器症状が続く場合はマスク着用などの咳エチケットが求められます。

※家族が発症した場合、同居ご家族はいわゆる濃厚接触者となります。濃厚接触者については出勤や登校の制限は課せられていませんが、万が一発症した場合には発症する前々日から周囲に感染を拡げている可能性があることをご理解いただいております。モラルとして基礎疾患をお持ちの方や妊婦や高齢者や乳幼児との接触は自粛していただくことが求められます。保育園児や幼稚園児のお子さんは担任の先生に報告して対応をご相談ください。

## << 治療証明書 >>

※厚生労働省新型コロナウイルス感染症対策推進本部より、令和4年11月4日に「新型コロナウイルス感染症及び季節性インフルエンザに係る医療機関・保健所からの証明書等の取得に対する配慮について」と題して、「発熱外来のひび迫等を回避するため、従業員又は生徒に医療機関等が発行する検査結果や治療の証明書を求めないことについて、周知を行う。」と通知されています。万が一、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症罹患後に保育園や学校から診断書や治療証明書の提出を求められた場合は、厚生労働省から必要ないと通知されていること、また決められた療養期間後は証明書なく登園出席して問題ないことをお伝えください。

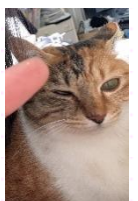
## << ウイルス性胃腸炎 >>

複数の保育園でノロウイルスによる嘔吐・下痢のお子さんが増加しています。

ノロウイルスは吐物と便で感染します。頻回の嘔吐と下痢が特徴的な症状で、インフルエンザ級の高熱がでる場合もありますが、多くの場合は1～3日以内に解熱します。一般的に低年齢児は症状が軽く回復も早いのですが、大人の方が症状が酷く辛く長引く傾向があります。ワクチンや抗ウイルス薬はありません。

嘔吐や下痢や発熱に対する対症療法を行いつつ、脱水を防ぐ目的でOS-1などを用いた経口補水療法や食事療法を行ないます。診断検査には便検体が必要です。

（注）保育園では、同一の感染症若しくは食中毒の患者又はそれらが疑われる者が10名以上又は全利用者の半数以上発生した場合等は、保健所に報告することが求められています。



## << ヒトメタニューモウイルス (hMPV) >>

年始に中国での感染拡大が報じられたヒトメタニューモウイルス (hMPV)。国内では例年特に 3~6 月に流行することが多い呼吸器感染症です。

花粉症の時期に流行するため、大人や年齢の大きなお子さんは耳鼻科で花粉症と誤診されることも多い疾患のひとつです。

感染した人の鼻水や唾(つば)からうつります。

マスクや手洗い等の一般的な感染対策が有効です。小さなお子さん(乳幼児)が感染すると、37~40℃くらいのお熱が上がったり下がったり 4~5 日程度続いたり、ゼイゼイする咳が 1 週間ほど続いたり、呼吸が苦しくなることがあります。

受動喫煙があるお子さん、喘息の体質をお持ちの方、心臓病等の基礎疾患のある方や、特に高齢者などは症状が重くなることが多く、注意が必要です(米国の高齢者の介護施設で集団感染があったケースの報告では、咳嗽などの呼吸器症状を呈した患者さんのうち 56%が肺炎をおこしておられ、11%がお亡くなりになられていますので、侮れません。おじいちゃん・おばあちゃんにうつさない配慮が必要な疾患です)。

症状から RS ウイルスやインフルエンザや COVID-19 と区別することは困難で、抗原検査や PCR 検査で診断しますが、特効薬はなく、症状を和らげる対症療法が中心となります。



## << 花粉症 >>

今年もまた春がやってきました。スギ花粉の季節です。

※スギ花粉症の根本治療薬シダキュアの新規導入治療開始をご希望の場合、新規導入治療開始はゴールデンウィーク以降となります。花粉の飛散時期には新たに治療を開始することができませんのでご了承下さい。



花粉症の対策・治療は

- ① スギ花粉(アレルゲン)の除去・回避
- ② 対症療法(お薬で症状を和らげます)
- ③ アレルゲン免疫療法(根本的な体質改善が期待できます。ご希望の方はご相談ください。5 歳以上。)

の 3 本立てです。

最も大切なのは、抗原(花粉)の除去と抗原(花粉)接触の回避です。屋外活動の後には顔や手を洗って(帰宅後は髪の毛をシャワーで流して、お洋服を着替えましょう!)花粉を目や鼻に入れないように配慮することも大切です。

お部屋の中が花粉まみれだと辛いので、吸引力の強い掃除機で毎日お掃除をしましょう。

第 2 世代抗ヒスタミン薬の内服や点眼点鼻薬をお使いいただいても、毎日の園生活で花粉の除去と回避に失敗すると症状の悪化をきたすことが知られています。必要に応じてメガネやマスクを使用して、屋外活動を極力避けること etc.を担任の先生や養護教諭の先生とご相談ください。(希望されるお子さんには『アレルギー疾患生活管理指導表』を作成発行し、園や学校での対応をご相談頂きます。)

アレルギー性鼻炎の検査として鼻水で調べる「鼻汁好酸球検査」を実施しています。花粉症の診断に血液検査は必須ではありません。血液検査でスギ花粉に反応が出て、それだけでは花粉症と診断できませんが、ご希望の方には血液検査も実施しています。ご希望の方はご相談下さい。

(尚、2 歳半未満の花粉症は稀です。那珂キッズクリニック小児科では主に 3 歳以上のお子さまを対象に検査を実施しています。)

## << つくしちゃんのお洋服 >>

つくしちゃんは、とってもオシャレです。季節に合わせてたり、気分に合わせてお洋服を着替えます。

つくしちゃんがお着替えをすると、「今日はミルクちゃん」、「バナナちゃんだ!チョコバナナみたい、かわいい!!」と声をかけてくれるお友だちがいます。

つくしちゃんは、「かわいいね」と言ってもらるのが大好きです。つついテンションが上がって、手をパタパタさせて喜んだり歌ったり、時にはつくしちゃんダンスを見せてくれることもあります。クリニックでつくしちゃんに会った時には、「お洋服よく似合うよ!かわいいね!」と声をかけてあげてください。



## << H3 ロケット 5 号機 >>

「みちびき 6 号機」を搭載した、H3 ロケット 5 号機が 2 月 2 日 17 時 30 分に種子島宇宙センター大型ロケット発射場から打ち上げられました。「みちびき」は、日本版 GPS ともいわれる準天頂衛星で、本格運用が始まるとスマートフォンやカーナビなどの位置情報の精度が格段に高まるのだそうです。

ロケットの打ち上げ時刻は様々な要因で決まります。青空に吸い込まれて行くロケットの軌跡も綺麗ですが、夕方や夜間の打ち上げはまた格別です!



私たち医療法人社団どんぐり会は公益財団法人メイク・ア・ウィッシュ オブ ジャパンを応援しています。難病と闘っている子どもたちから種子島宇宙センターでロケットの打ち上げをみたいというウィッシュがあった場合にその夢を実現できるようお手伝いしています。

Make-A-Wish



感染症流行状況 (2025 1/1~1/31 検査陽性者のみ) 対象: 当院受診者

	市 内		市 外	
	未就学児	就学児以上	未就学児	就学児以上
溶連菌	9	5	2	5
アデノウイルス	2	6	2	3
RS ウイルス	12	1	1	2
インフルエンザ A 型	32	58	22	54
インフルエンザ B 型	0	0	0	2
メタニューモウイルス	0	4	1	3
マイコプラズマ	1	3	0	3
ヒトライノウイルス エンテロウイルス	1	23	1	7
パラインフルエンザ	0	1	0	0
帯状疱疹・水痘	0	1	1	1
伝染性紅斑(りんご病)	1	1	1	1
COVID-19 (成人含)		45		12
季節性コロナウイルス	1	17	0	7

## しろやぎさんのお部屋から

2 月 2 日は節分でした。

この日はしろやぎさんのポシェットにきてくれたお友達とゆるゆるする鬼を作りました。

紙皿に小さくちぎった花紙を貼っていき、角や目を貼りつけて完成です。紙皿を半分にするとゆるゆるゆるゆる、可愛いですね。

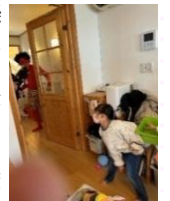


・・・とその時!しろやぎさんのポシェットにも鬼が登場しました。

3 体も鬼がやって来てびっくり!「鬼は外~福は内~」と鬼に向かってみんなで一生懸命に豆を投げて、無事に退治することが出来ました!

節分は季節の変わり目に起きがちな病気や災害を鬼に見立てて追い払う儀式と言われています。

皆さんが今年 1 年も健康に過ごせますように。



## “おすすめ絵本”

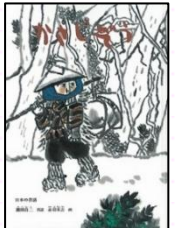
### ゆきのひのゆうびん屋さん

風邪をひいてしまった郵便配達のおさぎさんにかわって、3 匹のねずみが配達に出かけました。おばあちゃんからもらった襟巻きをしっかりと巻いて、りすの家、たぬきの家、アナグマの家と順番に回っていきます。大雪の中、ねずみたちが一生懸命進んでいく様子が心が動かされる 1 冊です。



### かさじぞう

昔、あるところにおじいさんとおばあさんが貧しく暮らしていました。大晦日、おじいさんはお正月のお餅を買おうと町に笠を売りに出かけました。ところがさっぱり売れないのです。仕方なく家に戻ろうとした途中……。地蔵様が恩返しをするおなじみの昔話です。



病児の保育 “しろやぎさんのポシェット”



那珂キッズクリニック小児科 HP



こどもホスピスねむの木の下で...



問い合わせやご相談は

那珂キッズクリニック小児科病児の保育 しろやぎさんのポシェット

TEL: 029-212-5630