



いつでも、どこでも、誰でもが最善の医療を受けられる社会へ

-mind



2021
Vol. 14
6~8月号

聞かせて! 小児科部長

中川 良

「コロナ禍で小児科も変容
一つ一つの相談とより深く向き合い
親子の心身に寄り添うスタイルに」

- 健康豆知識 Vol.13
正しく知ろう
こどものおねしょ(夜尿症)
- 減塩レシピ/旬をからだに
落とし卵の野菜あんかけ

Information



左から
小児科スタッフの
石川 翔一
中川 良
加藤 有子



医療法人徳洲会
成田富里徳洲会病院



聞かせて!

小児科部長

中川 良

Ryo Nakagawa

PROFILE

【なかがわ・りょう】

2003年東京医科歯科大学を卒業。
アメリカ・ジョーンズ・ホプキンス大学、
東京大学医学部附属病院などを経て、
2021年4月より当院に勤務。日本
小児科学会専門医。

コロナ禍で小児科も変容 一つ一つの相談とより深く向き合い 親子の心身に寄り添うスタイルに

子どもの元気は 周りの皆を元気にする

医学への関心が湧いたのは、小学生の頃に見たドキュメンタリー番組がきっかけです。白血病に侵された少女が、姉から骨髄移植を受けて回復する姿を追ったもので、人体が持つ不思議な力に驚かされました。後に6年次のテストで人生初の100点を取り、その内容が「人間の臓器について答えよ」だったことも動機の一つです(笑)。

大学では、初めは手術に憧れて外科医を目指しました。しかし卒業時の小児科研修で子どもたちの果てしないエネルギーに触れたとき、「子どもが元気を取り戻して人生を歩み続けることは、関わる全ての人を幸せにする」と考え、現在の道に進むことを決意しました。

コロナ禍で小児科も変容 親子の新たな悩みをサポート

新型コロナウイルスでマスク着用やうがい・手指消毒が徹底され、子どもが風邪を引かなくなりました。一方で友達と思うように遊ばず、保

護者も在宅勤務で互いにストレスが溜まっています。子どもとの時間が増え「落ち着きがない」「朝寝坊ばかり」といった行動が気になるという方も来院されるようになりました。これまでは“甘え”として流されてきましたが、発達障害の可能性もあり、かかえこまずに受診してみてください。医師と話すだけで気持ち軽くなることもあります。

従来のような診察が減った分、私たちは一つ一つの事例に細かく寄り添い、こうしたコロナ禍特有の問題にも目を向けられるようになっていきます。これからの小児科は今まで以上に学校の先生や保健師と連携し、子どもの未来をサポートできるようにしていかなければならないと考えています。

夏場は気温が上がってもマスクを外せず、小児科医としては子どもの脱水症状が心配です。こまめに水分を取るとともに、水の事故にもご注意ください。

また、わが子の症状をインターネットで調べる方もいると思いますが、医療に携わる立場からすると誤った情報も少なくありません。最も信頼できるのは学会のホームページで、一般

向けに分かりやすく作られているものもあります。そこで該当する内容があれば、受診をお勧めします。

6人の子どもに恵まれ 千葉で子育て中

2013年から4年間、研究のため妻と3人の子どもを連れて渡米しました。研究成果もさることながら、米国の家族を大事にする考え方に大きな影響を受けました。また、子どもたちが「世の中にはさまざまな人種や言語が存在し、それが当然である」という多様な価値観を理解できたのは大きな収穫でした。さらにアメリカで2人、帰国後、さらにもう1人の子どもに恵まれ、妻と共に子ども6人の育児の真っ最中です。

当小児科には私を含め3人の医師が常勤していますが、いずれも千葉県内に居を構え、育児や出産に携わっています。そのため、患者さんと同じ地域で子どもを育て、この地域らしい医療を考えられることが最大の強みです。さらに成田という土地柄を踏まえ、いずれは国際的な医療支援にも着手したいと考えています。

小児科スタッフ紹介

小児科部長 | 中川 良

東京都出身。佐倉市在住。

専門：心臓

趣味：読書(漫画含む)。自転車に乗ること。料理。外国の方と英語でしゃべること。I love to speak English.

好きな食べ物：鶏の唐揚げ。多古米。
特技(だった)：ボート競技(国体出場)。

ひとこと：千葉に住み始めてまだ1年です。いろいろと地域のことを教えてください。

小児科医長 | 石川 翔一

滋賀県出身。印西市在住。

専門：新生児、発達

好きな食べ物：関西出身で粉もんが大好き。お好み焼き、たこ焼きの美味しいお店の情報、お待ちしています！

ひとこと：プライベートでは1児の父。1歳半の娘にメロメロです。でもベタベタしすぎて「パパ、ヤダ！」(泣)。7月に男の子が生まれる予定で、とっても楽しみです。

小児科医師 | 加藤 有子

ご縁あってこの病院に勤務することができうれしく思います。私はとにかく食べることが大好きです！新潟で生まれ、お米をいっぱい食べてすくすくと育ち、大学生になって関西に移ってからは都会の甘いスイーツに日々誘惑されていました。特にシュークリームには目がなく、どんなに落ち込んでいてもシュークリームがあればすぐに機嫌が良くなるほどです。

初めて関東に住み、どんなおいしいものに出会えるかわくわくしています。地域の特産、隠れた名店など、ぜひ教えてください！

vol.13

健康豆知識

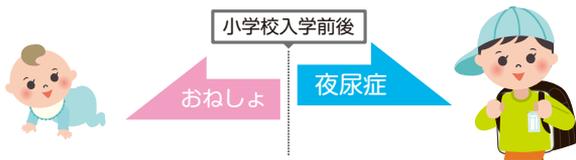
正しく知ろう こどものおねしょ(夜尿症)



おねしょはありふれた子どもの症状です。まず覚えてほしいのは、**その子の性格や育て方は夜尿とは関係ありません**。夜尿症は5歳で5人に1人、小学校高学年でも20人に1人くらいに見られます。

Q いつ受診したらよいですか？

A 5歳を過ぎれば、夜尿症と診断されます。夜尿症でストレスを感じたり自信を失ったり、学校生活に影響が出ることもあります。小学校に入学してもおねしょが続くようなら積極的に受診してください。



Q 自然に治るからほうっておいてもよいのでは？

A 医療機関で適切な診断や治療を受けることで、2~3倍治る率が高くなる(=治る年齢が早くなる)ことが知られています。

Q どんな治療がありますか？

A 生活指導、アラーム療法、薬物療法を行います。ここでは生活指導について説明します。

- 1) **規則正しい生活**：毎日決まった時間に、ご飯を食べて、お風呂に入って、歯を磨いて、最後にトイレに行ってから眠る。
- 2) **水分の取り方に気を付ける**：日中は自由に飲んで、夕食後は水分コップ1杯(200ml)までにしましょう。
- 3) **塩分を控える**：のどが渇いて飲水量が増えるのと、塩分じたいが体をむくませることで夜尿の原因になります。
- 4) **便秘に気を付ける**：便秘があると、おなかが張って膀胱が押されることで、おしっこが近くなります。
- 5) **夜中起こさない**：宿泊や特別な時を除いて、夜中に起こしてトイレに行かせないでください。正常な脳の発達とホルモンの分泌を妨げ、結果として夜尿の治癒が遅れます。

【専門外来】 毎週月曜日午後 小児夜尿外来 担当 中川

小児科のご案内

2021年4月より当院の小児科は常勤3名体制で新たなスタートを切りました

◎診療時間と担当医のご案内

受付時間

【午前】 8:30-11:30 月~金(中川/石川/加藤)、土(交代制) ※日曜休診
【午後】 13:00-16:30 月~金(中川/石川/加藤) ※土日休診
【夕診】 16:30-18:30 月~金(交代制) ※土日休診

旬をからだに 減塩レシピ *recipe*

落とし卵の野菜あんかけ

材料(2人前)

- 卵……………2個
- 玉ねぎ……………1/6個
- たけのこ(千切り)……………20g
- にんじん……………20g
- 生椎茸……………20g
- サラダ油……………小さじ1
- だし汁……………150ml
- 醤油……………小さじ1と1/3
- みりん……………小さじ2/3
- 片栗粉……………小さじ2/3
- 水(水溶性片栗粉用)……………小さじ1
- かいわれ……………10g

作り方

- ①玉ねぎは薄切り、人参、生椎茸は千切り、かいわれは2cmほどに切る。
- ②鍋にたっぷりの水と少量の塩・酢(分量外)を入れて火にかけ、沸騰したら弱火にして卵を落とし入れる。
- ③卵白で卵黄を包み込むようにして3~5分茹で、好みの固さになったら皿の真ん中に盛り付ける。
- ④鍋にサラダ油を熱し、Aを入れて炒め、しんなりしてきたらだし汁を加え煮る。
- ⑤野菜が柔らかくなったら醤油・みりんを加え味を調える。
- ⑥水溶性片栗粉を、⑤に加えとろみをつけ、盛り付け上にかいわれをのせる。



エネルギー 113kcal 塩分0.8g(1人前)

減塩のポイント

だしの味を効かせることで余分な調味料を使用しなくても美味しく召し上がれます。ご自宅にある食材で簡単に作ることができます。季節の野菜を使用したり、卵を豆腐や魚に変えたりアレンジを楽しんでください。

Information



2021年度、新しい仲間を迎えました!

2021年4月1日に成田富里徳洲会病院にも新しく、医師5名、看護師40名、准看護師1名、看護補助者3名、看護クラーク4名、薬剤師4名、放射線技師3名、管理栄養士1名、臨床工学技士3名、臨床検査技師1名、リハビリテーション科8名、医療福祉相談員2名、事務員4名、計79名の職員を迎え入れることができました。

コロナ渦の入職であり、世の中の医療が大変厳しい状況でありながらの医療業界への入職は大変ありがたいことです。新しい仲間も加わり、より一層多職種連携を大切に、地域医療・看護・福祉に貢献できるよう努力して参ります。

今年度も成田富里徳洲会病院をよろしくお願いたします。



成田富里徳洲会病院の運営方針

徳洲会の基本理念「生命だけは平等だ」をこの成田富里の地で実現することを使命として運営します。

理念の実行方法

1. 救急患者さんを断らない
2. 患者さんからの贈り物は一切受け取らない
3. 安心安全な質の高い医療を提供する
4. 地域のニーズに耳を傾け、患者さん目線で医療を提供する
5. 高度な技術と豊かな人間性を併せ持つ医療人を育成する



国道51号線からの場合、京成成田駅入口の信号を富里方面へ曲がり約100m 東関東自動車道の場合、富里ICより成田駅方面へ約8分

医療法人徳洲会
成田富里徳洲会病院

〒286-0201 千葉県富里市日吉台 1-1-1 ☎0476-93-1001(代)
E-mail soumu@naritatomisato.jp https://www.naritatomisato.jp/



「とみちゃん」は富里市の公式マスコットキャラクターです。