

るのキッズでは、「安心して子育て」のヒントとして、いろいろな子育て情報をお伝えしていきます。

# るのキッズ

第18号  
めさせ健康  
研究誌

めさせ健康あきる野21の子育て世代グループはあきる野市健康課と協働で取り組んでいます。



めさせ健康あきる野21は「ふれあい いきがい 元気なまち」を目標に「安心して子育てができる」をめざしてその実現のために次の2つの柱を掲げています。  
「あきる野市の歴史・文化・自然を土壤に、

- ① 親子で健康を育む生活習慣を作る
- ② つながる子育てができる

## 【どう選ぶ？相談できる医療機関】

子育て世代の計画に「医療との結びつきをもち、安心した医療体制を持つようにしよう！」という項目があります（詳しくは裏面を見てね）。

そこで今回は、夜間や休日の医療機関での体験談を集めました。

### かかりつけ医から連携 1



Mちゃんママ：

発熱、嘔吐、下痢のためかかりつけ医にかかった。経過がよくなり再度受診したところ、総合病院に紹介してもらって継続した医療を受けることができてよかった。

週末にかかってしまい、早々に診察してもらえると親としても安心できます。

### かかりつけ医からの連携 2



Kさんママ：

かかりつけ医に診察してもらったところ早急に検査が必要といわれ、夜間の診察時間になってしまった。紹介状をもって総合病院を受診し、救急体制時間であったが専門の先生に診察してもらって、そのまま入院することができました。自分たちだけで、診察してもらうよりも先生からの説明（紹介状）があるとスムーズに診察を受けられたように思います。

あなたは夜間・休日診療どうしていますか？

### 救急対応：#7119



Tくんママ：

発熱でかかりつけ医に受診した結果、溶連菌感染症と診断された。一度熱が下がったものの土日に再度発熱39度以上あり、かかりつけ医も診療終了しており、どうにもならず#7119に連絡した。電話対応は看護師さんに代わってくれた。インフルエンザの疑いも出てきたため、救急受診先の病院も教えてくれた。受診し結果はインフルエンザ陰性で、夜間には解熱し安心できました。

## 医療情報



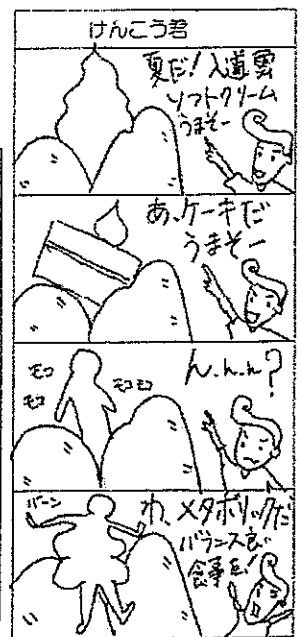
●東京都医療機関案内サービスのみわり  
TEL 03-5272-030（毎日24時間）  
診療中の医療機関を案内

●東京都消防庁救急相談センター  
#7119（毎日24時間）  
救急車を呼ぼうか迷った場合などの相談

●小児救急相談  
#8000 TEL 03-5285-8898  
月～金曜日 17:00～22:00  
土日祝日、年末年始 9:00～17:00  
母と子の健康や病気、救急相談に対応

### 4コママンガ

## 「けんこう君」



るのキッズでは子育て情報を募集しています。「こんな病院選びをした」「こんな救急対応の体験をした」などの情報がありましたらお声かけください！

### ★ふれあい広場★

あきる野保健相談所 幼児育児相談後 10時30分から  
7月11日（木）「からだを使って遊ぼう！サーキット」  
8月8日（木）「水遊び！」  
9月12日（木）「ダンボールで遊ぼう！」

### ★子育てチームミーティング日程★

「ふれあい広場」の企画や「安心して子育てができるような場づくり」の企画など行っています。ご参加お待ちしております。  
7月18日（木）  
8月22日（木）あきる野保健相談所 10時から

## あきる野市の安心子育て虎の巻

子育て世代が「安心して子育てができる」に向け  
「つながる子育て」を目標にしています。  
「つながる子育てをするには？」  
数あるヒントを徐々に紹介するぞ！



今回は  
【地域や職場】

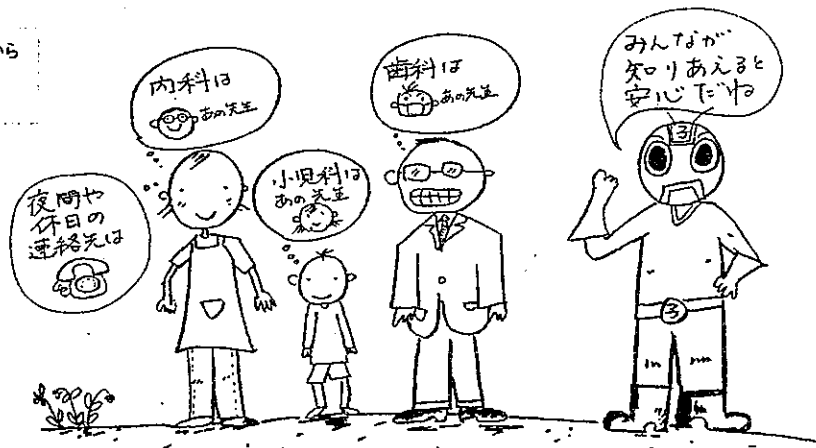


- |       |   |
|-------|---|
| 夫婦    | 1 妊娠期から親となる心の準備をし、子育てを夫婦で協働しよう  |
| 親子    | 1 子どもの成長・発達を確保する場を持ち、子どもの個性を受けとめ子どもにあったかわりをしよう<br>2 親子でふれあう食卓の回数が増えるようにしましょう<br>3 身近に子育てをする仲間や地域の人とふれあう場を持とう<br>4 相談先を持ち、また子育て支援サービスを活用できるようにしよう  |
| 地域や職場 | 1 子どもが安全でまた豊かな遊びのできる環境づくりを進めよう<br>2 家庭で・給食で・外食での食卓に地域でとれた食材の利用を進めよう<br>3 子育て世代と子育てをサポートする人々が、お互いの認識の違いを理解し、お互い役割を持ち、地域ぐるみの子育てをしよう<br>4 子育てに関わるグループや各機関のネットワークを広げよう<br>5 医療との結びつきを持ち、安心した医療体制を持つようにしよう<br>6 働く/パパ・ママがつながる子育てができるようにしましょう |

### 【地域や職場 5】

### どう選ぶ？相談できる医療機関

検討グループアンケート(子育て世代)結果から  
「助けてほしいときはどんなとき？」  
自分や子どもが病気するとき



#### 市民の取り組み

- (家族で)
- かかりつけ医、かかりつけ歯科医をもちましょう
  - 歯科医で定期健診を受けましょう
  - 必要なときに適切な医療が受けられるよう、からだの状態に合わせて受診しましょう。また、症状を的確に伝え、ケアの仕方を助言受けるなど病気の自己管理をしましょう
  - 安心して受診ができるよう、協力者をつくりましょう



#### 行政の取り組み

- 乳幼児健康診査等で啓発を進めます
- 休日医科、歯科診療体制を継続します
- 夜間の電話相談や医療体制(東京都医療機関案内サービス「ひまわり」)に関する情報提供を進めていきます
- 身近な子育てをサポートする人々が支援にはいれるよう、応援隊向けの子育て講座を開催したり、ふれあう機会を作ります



#### 市民・関係機関・行政の協働

- 推進ポスターの掲示を各医療機関等で行います
- 病気やケガの時に、症状に応じ必要かつ適切な医療が受けられるよう、救急医療のあり方を検討していきます
- 受診のめやすや手当ての方法(地域環境を踏まえたケガや対処方法なども含む)のガイドやマニュアルの作成を医師会や市民と検討します

※「めがせ健康あきる野21」の詳しい計画書は情報公開コーナー(市役所4階)、各図書館においてあります。

また、市のホームページでも掲載中

「あきる野市ホームページ(<http://www.city.akiruno.tokyo.jp/>)内の検索欄に「健康増進計画」を入力してください。」