

# 子ども医療相談手帳

急にお子さんの具合が悪くなった場合や  
子どもの医療について相談したいことがあるんだけども、  
どうしたらいいのがよくわからない。  
そんな場合にご利用ください。



福島県県南保健福祉事務所

# 1 子どもさんの具合が悪くなったら

## ■ 誰に相談すればいいの？

夜、子どもさんが急に熱を出した。  
あるいは、吐き気、おう吐やせきが続いている。

でも、頼みの医療機関は診察時間外だし……。

こんな時、お母さんやお父さんはどうしますか？  
身の回りに相談することのできる経験豊かな人がいる場合はいいですが、そうでない場合は困ってしまいますよね。

電話相談でもできたらいいのに……。

下記の機関では、子ども医療に関する皆さんの悩みについて相談を受け付けています。

医療機関にかけ込む前に、まず電話相談をしてみてください。



### 電話 相談

相談受付先	電話番号	受付時間	対応内容
しらかわ救急情報センター	0248-23-9909	9:00～17:00 祝・祭・休日等	休日救急当番医の紹介をしてくれます
福島県こども救急電話相談	# 8000 または 024-521-3790	毎日 19:00～翌 8:00	看護師や医師が、家庭での対処法についてアドバイスしてくれます

## 休日救急医療当番医

また、日曜・祝日など、医療機関がお休みの日には、当番日の医療機関が、診察を受け持つ「休日救急医療当番医」にお子さんを診察してもらうことができます。

白河地区、矢吹地区については白河医師会の医療機関が当番日を決め、交替制による「休日救急医療当番医」により、日曜・休日でも医療体制の確保を図っています。

東白川郡内では、東白川医師会の医療機関が同様に「日曜・祝日等当番病院・医院」制により、日曜・休日における医療体制の確保に努めています。

いずれの地区においても、診療時間は日曜、休日の午前9時から午後5時までとなっています。

詳しいことは、各市町村広報または福島県医師会ホームページをご覧ください。か、しらかわ救急情報センター（0248-23-9909）にお問い合わせください。

## 2 子どものこんな症状にはどう対処すればいいの

### ■ あわてて医療機関にかけ込む前に 症状から見た注意点及びその対応方法 (判断の目安を提供します。)

#### (1) 発熱

- ◇ お昼寝から覚めたときや、夕方、外から帰ってきた時などに、熱を出すことが多いものです。ほとんどの場合は様子を見て大丈夫です。
- ◇ 熱が出たからといってもあわてずに体の様子を見てください。
- ◇ 体温は静かにしている時に、朝、昼、夕、寝る前など1日3～4回測りましょう。



### 38℃以上 の発熱が ある時

#### お子さんの年齢はいくつですか？

生後3か月未満である

早めに医療機関を受診しましょう！

生後3か月～6歳である

ひとつでも「はい」がある時には、早めに医療機関を受診しましょう！

- 元気がなく、ぐったりしている。
- 無表情で活気がない。
- よく眠れず、うとうとしている。
- おしっこがでない。
- 水分を取るのをいやがる。

ひとつも「はい」がない時には、おうちで様子を見ましょう。

- ・翌日の朝など、かかりつけ医に診てもらってください。
- ・時間とともに具合が悪くなっていたら、医療機関を受診してください。

## 家庭での対処ポイント

- ◇ 熱のため失われる水分を十分に補給しましょう。  
熱が出ると脱水になりがちです。湯冷まし、麦茶、乳児用のイオン飲料などをこまめに与えてください。
- ◇ 温度調節は子どもの状態にあわせましょう。  
手足が冷たく寒気があれば体を温め、温かな飲み物を与えましょう。
- ◇ 高熱時には、嫌がらなければ頭や首を氷枕、氷のう、アイスノン、おしぼり、熱さまシートなどを使ってあげましょう。
- ◇ 食欲や元気、その他の症状の悪化に注意しましょう。
- ◇ 汗をかいたら体をふき、湿った衣服やシーツをとりかえましょう。
- ◇ 室温・温度を快適にし、新鮮な空気にかえましょう。
- ◇ わきの下の汗をふいてから、体温を測りましょう。
- ◇ 朝晩の平熱を知っておきましょう。
- ◇ こたつや電気毛布で暖まりながら測るのはやめましょう。
- ◇ お子さんにあった解熱剤の使い方を、かかりつけ医に確かめておきましょう。

### 解熱剤 の 使い方

#### ◆解熱剤は、あくまでも、「一時しのぎ」です。

- ・高熱が続いてつらそうなら使ってください。元気なら必要ありません。
- ・坐薬も飲み薬も効き目は同じです。子どもの状態や好みに応じ、どちらか一方のみを使います。
- ・続けて使う場合には、必ず、6時間以上は間隔をあけてください。

#### ◆使ってはいけない薬があります。

- ・インフルエンザや水ぼうそうにかかったときに使うと、急性脳症やライ症候群（脳症と肝障害を伴う病気）の危険を高めるものがあります。
- ・必ず、その都度先生から処方された薬を使ってください。
- ・市販薬でも、お子さんに使って良いものは限られます。店頭でよく相談してください。大人用のものは絶対に使わないことです。
- ・解熱剤を与える場合、次の種類は使わないでください。  
×アスピリン ×ポンタール ×ボルタレン

## (2) 吐き気・おう吐

### ■こんな時は、早めに医療機関を受診しましょう！

○生後3ヶ月未満の赤ちゃんで、母乳、ミルクのたびに勢いよくおう吐をくりかえす。

○ひとつでも「はい」がある。

- ・お腹がはって、ぐったりしている。
- ・がまんできないほどの、激しい腹痛を訴える。
- ・血液や胆汁（緑色の液体）を吐く。
- ・活気がなく、無気力である。
- ・いつもと違う様子である。
- ・げり（下痢）が12時間以上続いてぐったりしている。
- ・おしっこがでない。
- ・くちびるが乾いて、ぐったりしている。
- ・頭痛を訴えており、ウトウトしていたり、ちょっとした刺激に過敏に反応する。
- ・頭を打ったあと、おう吐を繰り返したり、意識がぼんやりしている。



ひとつも「はい」がない時には、おうちで様子を見ましょう。

- ・翌日の朝など、かかりつけ医に診てもらってください。
- ・時間とともに具合が悪くなってたら、医療機関を受診してください。

## (3) せき

### ■ひとつでも「はい」がある時には、早めに医療機関を受診しましょう！

- ・声がかすれる。オットセイの泣き声みたいにせきこむ。
- ・ゼーゼー、ヒューヒューいう。
- ・息苦しそうである。
- ・呼吸がはやい。
- ・元気がとてもなく、ウトウトしている。
- ・水分をとりたがらない。
- ・口の回りや、くちびるが紫色になる。（いわゆるチアノーゼ）

ひとつも「はい」がない時には、おうちで様子を見ましょう。

- ・翌日の朝など、かかりつけ医に診てもらってください。
- ・時間とともに具合が悪くなってたら、医療機関を受診してください。

### 3 お子さんを医療機関に連れて行く場合には

#### ● 準備していくもの（次のものを持っていきましょう。）

- 母子手帳、健康保険証、おくすり手帳
- 熱がある場合には、検温結果のメモなど
- 便の様子がおかしい場合には、便を持って行ってください
- 飲ませている薬があれば、その薬または薬の名前が分かる説明書など
- お子さんの取り替え用の下着やオムツも忘れずに

#### ● お子さんを医療機関に連れて行く前に、まず電話をしてみましょう

担当の看護師さんが、アドバイスしてくれます。  
あわてず、電話で連絡してから行きましょう。

#### ● 連れて行く方は

お子さんのそれまでの様子について、一番よく知っている方が一緒に連れて行ってください。

#### ● 外来に着いたら

- ① 食べもの（特にアメ、ガムなど）を絶対に与えないで。  
先生がよく見えないばかりか、気管に入って窒息する危険があります。
- ② 次のような場合は、受付にお伝えください。  
（できれば受診する前に電話しましょう。）
  - 症状が重い  
（何度も吐く、息が苦しい、ぐったりしている、顔色がとても悪い）  
→先に診察することがあります。
  - 発疹がある場合  
（すでにアトピーと診断されているとき以外）  
→別室で診ることがあります。

#### ● 診察の時

- ◇ できるだけ時間の流れにそって、落ち着いて症状を伝えましょう。  
（いつから、どうなったか）
- ◇ 特に聞きたいことがあるときは、要点を書いて先生にわたすのも一つの方法です。  
受付から渡してもらってもいいかも。
- ◇ お気に入りのおもちゃなどは、持ち込んでも結構です。  
（先生が診察しやすくなることがあります。）

#### （参考資料）

保存版 子どもの救急について（改訂版） 福島県小児医療確保方策検討会編集  
保存版 子どもの急病 ガイドブック 岡崎市小児救急医療対策協議会  
新版 小児科のお医者さんからママたちへ 中野康伸ほか 主婦と生活社  
こどもの救急ホームページ <http://www.kodomo-qa.jp/> 社団法人 日本小児科学会

## 4 県南地域における医療機関情報（小児診療対応）

医療機関名	電話番号	住 所	診 療 時 間	休 診 日
江 藤 医 院	0248-34-3113	白河市東深仁井田字 刈敷坂82	9:00～12:00、13:30～17:00	土曜 15:00以降、 日曜・祝日
おかざきクリニック	0248-23-2551	白河市新白河2-57	8:45～12:00、14:00～18:00 (土は16:00まで)	日曜・祝日
岡崎小児科内科医院	0248-23-7811	白河市結城113-1	9:00～12:00、14:30～18:00	日曜・祝日、木曜日
尾股耳鼻咽喉科医院	0248-23-1333	白河市立石143-1	9:00～12:00、14:00～17:30 (土曜午後は13:30～15:30)	木曜午後、日曜・祝日
片倉医院産科婦人科	0248-23-2459	白河市昭和町1	9:00～12:30、14:00～18:00	木曜午後、土曜16:00～ 休診、日曜・祝日
<にい増見クリニック	0248-46-2258	白河市大信増見字 下ノ田45	8:30～11:30、13:00～18:45	日曜・祝日
白河厚生総合病院	0248-22-2211	白河市豊地上弥次郎 2-1	8:30～12:30 月曜は14:00～16:30も受付	第1.3土曜 第2.4.5土曜 午後、日曜・祝日
白河市表郷クリニック	0248-32-2316	白河市表郷金山 長者久保2-5	8:30～12:30、15:00～18:30	火曜、日曜・祝日、 土曜午後
すぎき内科クリニック	0248-24-4114	白河市大森の内84-4	9:00～12:00、15:00～18:00	水曜、土曜午後、日曜・ 祝日
関 医 院	0248-23-3003	白河市横町125	月～土8:00～11:30、 月～金15:00～17:30	第3木曜午後 土曜午後、 日曜・祝日
関 根 医 院	0248-27-3060	白河市明戸98-2	8:30～12:00、14:30～18:00	日曜・祝日、土曜午後
田 口 病 院	0248-24-1111	白河市郭内11	8:30～12:30、13:30～17:30	日曜・祝日
千 葉 医 院	0248-24-2080	白河市外薄葉43-1	9:00～12:00、14:00～17:30	水曜午後、日曜・祝日
つかはら内科クリニック	0248-24-1011	白河市郭内12-14	8:30～12:00、14:00～18:00	水曜午後、土曜午後、 日曜・祝日
円谷産婦人科医院	0248-23-4030	白河市道場小路62	9:00～12:00、14:00～17:00	土曜午後、日曜・祝日
穂 積 医 院	0248-22-5101	白河市中町57-1	8:30～12:00、15:00～18:00	木曜午後、土曜午後、 水曜、日曜・祝日
みうら小児クリニック	0248-28-1001	白河市白坂石阿弥陀 17-1	8:30～12:00、14:00～18:00 (土13:30～15:00)	日曜・祝日
吉 田 外 科 医 院	0248-23-4033	白河市年貢町2	9:00～12:00、14:00～17:30	土曜午後、日曜・祝日
ら く ら く 医 院	0248-54-5333	白河市大信町屋字 町屋107-1	8:30～11:30、15:00～17:30 (第1.3.5土曜、祝日は8:30～11:00)	水曜午後、第2.4土曜・ 日曜、第1.3.5土曜午後
わたなべ子どもクリニック	0248-21-2166	白河市老久保16-4	9:00～12:00、14:30～19:00 (土13:00～15:00)	木曜午後、日曜・祝日
わたなべ内科医院	0248-22-1531	白河市新白河1-97	8:45～12:15、14:00～18:00 (土曜 15:00まで)	日曜・祝日
いわしなクリニック	0248-48-1234	西郷村大字米字 西原3-5	8:30～12:30、15:00～18:30 (土14:00～17:30)	火曜、祝日、日曜午後
ニューロクリニック	0248-24-4111	西郷村下前田東5-1	9:00～18:00(土曜15:00)まで	日曜・祝日
江 藤 医 院	0248-52-2650	中島村大字二子塚字 浦原1	9:00～12:00、12:30～15:00	土曜午後、日曜・祝日
樋口小児クリニック	0248-42-2040	矢吹町大久保393	9:00～11:45、14:00～18:30 木曜15:00～18:30、土曜は16:00まで	木曜午前、日曜・祝日
渡 部 病 院	0248-44-4111	矢吹町文京町226	8:30～12:30、13:30～18:00	日曜・祝日
あらまちクリニック	0247-33-8018	棚倉町北町156-2	8:30～12:00、14:00～18:00、第1.3.5 土曜は8:30～12:00、13:00～14:30、 第2.4土曜は8:30～12:00	水曜、第2.4土曜午後、 日曜・祝日
金 澤 医 院	0247-46-2312	矢祭町大字東館字 反田13-1	8:30～17:30	土曜午後、日曜・祝日
木 村 医 院	0247-46-3528	矢祭町戸塚山崎7-1	9:00～12:00、15:30～18:30	土曜午後、日曜・祝日
塙 厚 生 病 院	0247-43-1145	塙町大町一丁目5	8:15～11:30、13:00～16:00	第1.3土曜日、日曜・祝日

※掲載について平成20年3月に承諾を得た市町村別医療機関です。随時、県南保健福祉事務所ホームページで更新します。

## 5 各市町村の小児医療支援窓口

市町村名	担当窓口	電話番号	住 所
白 河 市	健康増進課	0248-27-2112	白河市北中川原313
西 郷 村	健康推進課	0248-25-1115	西郷村大字小田倉字上川向76-1
泉 崎 村	保健福祉課	0248-54-1333	泉崎村大字泉崎字山ヶ入101
中 島 村	保健福祉課	0248-52-2174	中島村大字滑津字中島西11-1
矢 吹 町	保健福祉課	0248-44-2300	矢吹町一本木101
棚 倉 町	健康福祉課	0247-33-7801	棚倉町大字棚倉字中居野68-1
矢 祭 町	町民福祉課	0247-46-4573	矢祭町大字東館字館本66
塙 町	健康福祉課	0247-43-2115	塙町大字塙字大町三丁目21
鮫 川 村	住民福祉課	0247-49-3112	鮫川村大字赤坂中野字新宿39-5

### 乳幼児医療に関する支援制度

制 度	概 要	実施主体
乳幼児医療費助成事業	医療機関の窓口で支払った乳幼児医療費(保険適応分)の自己負担分や入院時食事療養費の標準負担額(付加給付分等を除く)が給付されます	市 町 村
未 熟 児 養 育 医 療	未熟児(体重2,000g未満等)の入院医療費の自己負担分の一部が給付されます	福 島 県 県南保健福祉 事 務 所 児 童 家 庭 支 援 チ ャーム 0248-22-5647
小児慢性特定疾患 治療研究事業	小児慢性疾患にかかる医療費(保険適応分)の自己負担分の一部が給付されます	
自立支援医療費 (育成事業) 給付事業	身体の障がいや病気における身体機能の回復のための手術等、外科的な治療の医療費(保険適応分)の自己負担分の一部が給付されます	
特 定 不 妊 治 療 費 助 成 事 業	保険診療の適用とならない体外受精、顕微受精による不妊治療費の一部が助成されます	

このほか、子どもの医療に関する情報については、県南保健福祉事務所のホームページにも掲載していますので、そちらも併せてご覧下さい。

福島県県南保健福祉事務所 (白河市郭内127)

児童家庭支援チーム 0248-22-5647

医事薬事チーム 0248-22-5479

ホームページ <http://www.pref.fukushima.jp/kennanhofuku>

