



平成二十九年 十二月発行 住所 横浜市旭区柏町

★TEL 045-366-6821

サンクリニック通信

第三十八号

目次	
病児保育室・サンクリキッズより	1～4頁
おかあさんの輪と「子どもに食べさせたいすこやかごはん」	5～7頁
オーソライズドシエネリック	8～9頁
お母さんのための小児外科 シーズン2 第1回	10～11頁
新しい先生の紹介	11頁
離乳食教室のご案内&お知らせ	12頁



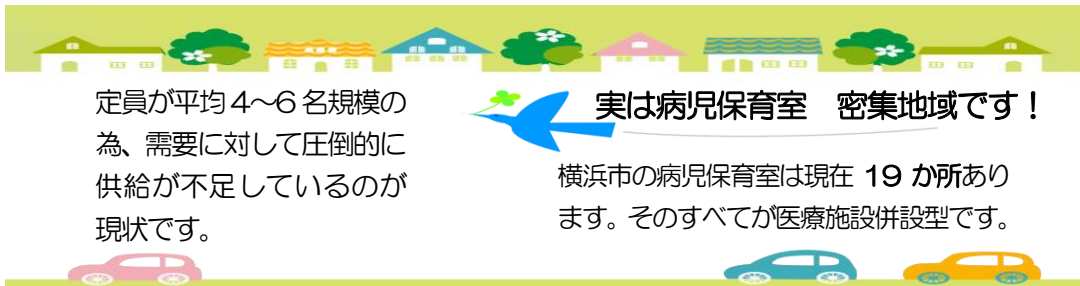
予約確定率がアップしました！！

南万騎が原駅前に移転して1年半、定員枠も4名から8名に拡げ、予約受付数も1.8倍になりました。

そして、以前まではキャンセル待ちになってしまった場合、繰り上がる確率が低く、ご不便をおかけすることが多かったのですが、現在は90%以上の方へ、繰り上がり候補のご連絡が出来るようになりました。

これから冬本番を迎えると更に多くのご予約を頂くことが予想され、一旦はキャンセル待ちのご不便をおかけしてしまうかもしれませんが、お時間の許す限りあきらめずに待ってみてください。





定員が平均 4~6 名規模の
為、需要に対して圧倒的に
供給が不足しているのが
現状です。

← **実は病児保育室 密集地域です！**

横浜市の病児保育室は現在 **19** か所あり
ます。そのすべてが医療施設併設型です。

その中でも私たちの周辺では、病児保育室同士が割と近い距離で位置しています。

それは、保護者の皆様にと
って選択の余地がある、
第2希望・第3希望まで
おさえることも可能であ
るということになります。

*ひとつの区に 2 か所設置
されているのは恵まれてい
ます。たとえば西区・中区に
は1か所もありません。

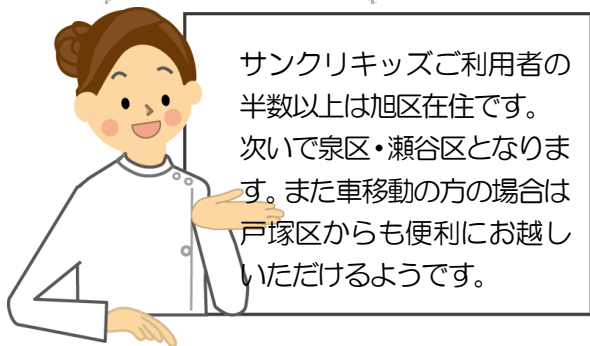
*泉区は平成 30 年度春に
開設予定です。

恵まれている地域といえども、
流行時期は定員の倍以上キャン
セル待ちが発生しますので、ど
こにも入れなかったというご経
験もあるのではないでしょ
うか。

各施設とも少ない定員枠内で、何とか必要
な方にご利用いただけるよう運営してありま
す。気軽に「ネット予約→キャンセル」が出
来ることはメリットでもありますし、予約を
おさえられれば安心だから…という、「念の
為」予約も理解できます。

でももし第1希望の保育室が決まったら！
悪化せず登園させられると判断したら！

必ず7：30までにキャンセルをしてくだ
さい。



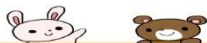
サンクリキッズご利用者の
半数以上は旭区在住です。
次いで泉区・瀬谷区となりま
す。また車移動の方の場合は
戸塚区からも便利にお越し
いただけるようです。



病児保育室をうまく使ってください

お父さん・お母さんの多くは、病気の子どもを人に預けることに抵抗をもちながらも「そうするしかない」という葛藤を抱えていらっしゃるのではないのでしょうか。

そんな想いでサンクリキッズをご利用くださるのなら、利用したメリットを少しでも実感していただきたいと思っています。



メリットその1

病氣中でも子どもは遊びたい！

子どもひとりひとりの健全な発育・十分な自己活動を保障します。病児保育は親の就労支援という位置づけではなく、子どもの発達保障の場なのです。病状によって安静度を見極めて、様々な遊びを提供していきます。

病氣は辛いし気分は悪かったけど、遊ぶのは楽しかった！ あっという間に夕方になっちゃった！ そんな風に感じてもらえるよう心掛けています。



メリットその3

病氣の経過を一緒に見守ります。

最初は軽い咳と鼻水、そのうち発熱、病院でも「風邪でしょう」と言われただけ。なのに高熱が何日も続いたり、咳がどんどんひどくなったり。そんな心配なお子様の経過をしっかり見守り、責任をもって対応させていただきます。

病院の短い診察時間の中では話せなかったことも充分お聞かせいただきながら、時には心配事の相談に乗ったり、再診のタイミングをお勧めしたりできることもあります。

発症から数日たたないと本当の原因（病名）がわからないこともよくあります。その間、お子様と保護者様にしっかりと寄り添い、お手伝いしてゆくことが私たちの最大の使命だと考えています。



メリットその2

適切な看護を提供します！

子どもにとっては、お父さんお母さんのそばで甘えていることが一番の薬かもしれません。どんなに頑張ってもその代わりは出来ませんが、お家ではないからこそケアをしていきます。

例えば感染性の胃腸炎の場合、ひどい嘔吐や下痢があるときには、一時的に飲食の制限が必要です。でも、お家では美味しそうな食事やお菓子の誘惑がたくさん、今は食べさせない方がいいと分かってはいても、我慢させることができず、ぐずる子どもに根負けしてしまうこともあると思います。

そんなご家庭での「困った」を、保育室での9時間前後、しっかりとケアいたします。お子さまも保育室でなら頑張って（ジュースではない）水分を飲み、苦手なおかゆを口に、飲めない薬も思わず乗せられて（笑）飲んでくれるものです。





サンクリキッズのご利用をお考えのみなさまへ

*ご利用には事前登録が必要です。(無料)

普通の保育園等とは違って、病気になって初めて、当日お会いしたばかりのお子様を長時間お預かりさせていただき施設です。安全のためにも病歴や身体状況をあらかじめ把握させていただく必要があります。余裕をもって手続きされることをおすすめします。

*かかりつけ医等の診察が必要です。

朝起こしたら熱があったから…といった予約だけ取っても、そのままご利用することは出来ません。必ずかかりつけ医等の診察を受けて、書類(第4号様式)に記入してもらい、持参していただく必要があります。詳しくは横浜市・サンクリニックHP等をご確認ください。

(保育士・松崎 実和)



既にご登録いただいているみなさまへ

●入室前のインフルエンザ検査ご協力のお願い

これからの季節は、風邪症状から始まってインフルエンザにかかるケースが増えてきます。未検査で風邪として入室され、後からインフルエンザと判明した場合、同室だった他のお友達が既に感染している可能性が高まります。

病児保育室内での二次感染を防ぐための、大切なお願いです。

入室前には、インフルエンザの検査にどうぞご協力ください。

ただし発熱後 12 時間未満の場合は、検査をしても正確な結果が出ませんので、受診の際、かかりつけ医とご相談ください。

病児保育室 サンクリキッズ

検索



〈おかあさんの輪〉と『おひさま』を食べてはかたじけなく

十数年前でしようか、私のところへ、あるアレルギーの子をも
 持ったお母さんがやってきました。おやつの本を出したいとい
 うこと、本当は先生が言うように、子どものおやつはおにぎりや水で
 良いのかもしれないけれど、現代の子はそれだけでは無理です。
 楽しみの部分を入れて、子どもからだに良いものを自分たちで
 考えました——そんな彼女たちの仲間、おかあさんの輪が集
 まり、情熱を込めて出来上がった本が『子どもに食べさせたいお
 やつ』です（二〇〇七年発刊）。とっても良い仕上がりで、今でも
 大人気、ロングセラーになっています。そして今回、おかあさん
 の輪からその第二弾が出ました。数年前から、準備、企画して
 いたようです。

〈おかあさんの輪〉は、アトピー性皮膚炎、喘息、花粉症など
 のアレルギー疾患のお子さんを持つおかあさんたちの集まりです。
 なるべく薬に頼らず、自らの持つ免疫力で症状をよくしたい、そ
 のためにはどうしたらよいか。自分たちでできることは？ 普段
 の生活や食べ物に気をつけることは？ 食べ物はどうしたらよい
 か……。その答えは、今みたいにアレルギーが多くなかった時代
 の食べ物、少し前の時代の食べ物に戻ってみるというわけです。
 そのような食生活を実践していかうかに、子どもたちのアレルギー
 ー症状も徐々に良くなっていったようです。だからこそ、自分た
 ちの実践した方法を多くの人に知ってもらおう！——こうしてまよ
 め上げられたのが、『子どもに食べさせたいすこやかごはん』です。
 まず、基本は「ごはん、みそ汁、漬け物」を中心とした食事で
 す。「ごはん、白米よりは玄米が良いです。玄米でハードルが高
 いという方は、胚芽米や分つき米に。普段使うお味噌や醤油など
 の調味料は、じっくりと時間をかけて発酵させたものに。昔ながら

らのぬか漬けの作り方や、だしのとり方も載っています。ぬか漬
 けは乳酸菌たっぷり。人間のからだに合う植物性乳酸菌が豊富な
 ので体にとっても良いんです。

この本には、「ごはんをおいしく食べるためのレシピ」がたくさん
 載っています。お母さんたちが実践して良かったもの、ちょっと
 した工夫で子どもたちに人気だったメニューなどが満載です。評
 判の良かったお弁当レシピも紹介されています。本に書かれてい
 るレシピを一部紹介します。見ていただければわかりますが、と
 っても簡単、すべてできるレシピばかりです。

〈キャベツ納豆〉



材料（すべて適量）

- キャベツ
- ひきわり納豆
- 白ごま
- 青のり
- かつお節
- 醤油

※混ぜ合わせるだけで、バランスのとれた一品に

①キャベツは
 食べる分だけ
 千切りにする。

②ほかの材料を好みで適量ずつ
 混ぜ合わせ、醤油をかけていた
 だく。
 ※かつお節は手の中でもみほぐ
 して、細かくして入れると口当
 たりがいい。



〈さつまいもごはん〉

材料(作りやすい分量)
さつまいも…大1/2本
米…3合
塩…適量

※炊飯器でも美味しくできます。

①米を研いで30分水に浸してから水気をきる。さつまいもは1 cm大くらいの角切りにする。

②土鍋に米と同量の水を入れ、さつまいもと、塩は少し塩気を感じるほどに入れ、醤油を加える。くるりとかき混ぜてから、炊き上げる。

〈お豆腐バーグ〉

①豆腐は水切りする。
ねぎは、すべて小口切りにする。

②ボウルに豆腐、しらす、ねぎ、片栗粉を入れて混ぜ合わせ、4等分にする。小判形に成形する。

③フライパンに油を中火で熱し、②のタネを入れて、美味しそうな焼き色がついたら返す。ふたをして2~3分弱めの中火で蒸し焼きにして火を止める。あれば大葉を添える。



材料(4人分)
木綿豆腐…1丁
しらす…1/2カップ(約60g)
長ねぎ…1本
片栗粉…大さじ3
菜種油…適量
大葉(または大根おろし)



『子どもに食べさせたいすこやかごはん』は暮らしの手帖社より 11 月 26 日発刊されました。サンクリニックでも販売しています。是非お読みいただければと思います。

(小児科医・相澤扶美子)

オンライズドジエネリック (Authorized Generic)

以前、『シエネリック医薬品(後発医薬品)』について書いたときに、「先発医薬品と同じ成分の薬はありますが、全てが同じ作用とは限りません」と説明したと思います。ただし、中には例外もあり、本来の意味で先発医薬品と同じということがあります。

このような医薬品のことを『オンライズドジエネリック (AG)』と呼びます。

オンライズドジエネリックの場合、先発医薬品メーカーとシエネリック医薬品メーカーが契約し、シエネリック医薬品メーカーに対して特許の使用権が与えられています。

◎オンライズドジエネリック (AG) とは何か

一言で言うと、「先発医薬品と全く同じ医薬品をシエネリック医薬品として発売する」となります。

新薬は特許によって守られています。特許が切れたとしても、それは物質特許が切れただけです。そのため、製剤特許や用法特許が残っていても、同じ医薬品として発売することが出来ません。

一般的に、薬に含まれている成分は、有効成分だけではなく、添加物や薬のコーティングまで全て含めて医薬品になります。このような違いがあるため、シエネリック医薬品に変わるといって、薬の効き目や副作用の違いが出てしまうということが現実にはあるわけです。

しかし、オンライズドジエネリックの場合は、新薬メーカーが特許の使用権を与えているので事情が異なるのです。薬の使

い方として用法用量が同じだけでなく、原薬(薬の有効成分)や添加物、製造方法まで完全に同一にするのができるのです。つまり、オンライズドジエネリックは、『シエネリック医薬品』として発売はされていますが、その内容は先発医薬品と全く同じです。違いを言えば、新薬メーカーが販売しているか、シエネリック医薬品メーカーが販売しているかの違いくらいです。

オンライズドジエネリックに関しては、シエネリック医薬品が実施する「血液中の薬物濃度推移が同じかどうか(生物学的同等性)」などの試験を、先発医薬品のデータを活用することができると、省くことができます。

前述の通り、オンライズドジエネリックに限っては、先発医薬品の特許の使用権が与えられているため、有効成分の物質特許が切れる前であっても、シエネリック医薬品として発売することが出来ます。

契約内容にもよりますが、多くの場合、特許が切れる半年前からの先行発売が許可されています。

しかし現在、オンライズドジエネリックは、全ての医薬品で存在しているというわけではなく、販売されている品目数も少ないのが現状です。

(事務・浦部幸裕)

先発医薬品との比較

	オーソライズドジェネリック	一般的なジェネリック
有効成分	同一	同一
原薬	同一	異なる場合がある
添加物	同一	異なる場合がある
製法	同一	異なる場合がある
製造工場	同一※	異なる場合がある
形状・色・味	同一	異なる場合がある
効能・効果	同一 (再審査対象の適応症除く)	同一 (再審査・用途特許対象の適応症除く)
薬価(新発売時)	4～5割	4～5割

※同一でないときもあります。

お母さんのための小児外科 シーズン2：第1回

「こんにちは。毎月隔週土曜日（第一、第四土曜日）の午前を担当させて頂いている「やっぴか」です。

「サンクリニック通信 第1号」は、平成十二年十月一日に発行され、赤ちゃんやお子さんたちの病気や家庭の医学に役立つように、年三〜四回発行されてきました。小児外科の関連記事は平成十四年七月二十九日発行の第六号から平成二十一年十一月十八日発行の第25号までに十一回掲載されました。その後、年月は経ちましたが、お子さんの病気自体にそれほど大きな変化はありません。しかし、その診断法や治療法には変化がみられています。読者のお母さん達も若い世代の方々が想定されるので、今回シーズン2として再登場に至りました。まずは第一回目ですので、「挨拶がわりに」。

お子さんは、年齢によって表1のように区分され、その時期に応じた特徴ある病気があります。小児外科のお子さんは小児科と同様、原則十六歳未満が対象になりますが、中学生については一般内科でも受診可能です。小児外科の守備範囲は表2のようにまとめられています。

このうち、(1) 新生児の外科、かつては生まれて間もない赤ちゃんの手術が行える外科医を小児外科医とし、その点が成人外科医との大きな違いでした。多くは先天的な内臓器の異常の治療が主体で、先天性食道閉鎖症・先天性腸閉鎖症・ヒルシュスプルング病・鎖肛（直腸肛門奇形）・消化管穿孔・横隔膜ヘルニア・臍帯ヘルニアや腹壁破裂が新生児七大大外科疾患として知られていま

す。(2) 乳幼児の外科、この時期には見過ごしてはいけないおなかが痛む病気があります。腸重積症や虫垂炎などがそのです。これらは「急性腹痛症」と言って、放置すれば命に関わるのでついた呼び名です。そして(3) 日常的な疾患、例えば単径ヘルニア（だっちょつ）や臍ヘルニア（でべそ）などごくありふれた病気もこの時期に多いのです。(4) 子どもたちの肝胆脾の病気、これには胆道閉鎖症や胆道拡張症が知られていて、前者は小児の指定難病のひとつになっています。(5) 子どもたちの固形腫瘍、良性のリンパ管腫や血管腫、悪性には副腎髓質や交感神経幹を原発とする神経芽細胞腫、腎臓にみられるウィルムス腫瘍、肝臓に生ずる肝芽腫、良性も悪性もある奇形腫（胚細胞性腫瘍）などが有名です。

ざっと大まかに小児外科を見渡すと以上ようになりますが、お母さん方のなかで、これは外科の病気、あれは小児科の病気で……なんて細かく理解しておられる方は減多におられません。そこで、「普及」こんな異常な病気は小児外科医に相談したらよい」という観点に立って、特に(2) 乳幼児の外科と(3) 日常的な小児外科疾患を中心に解説しておきたいと思えます。

子どもたちに多い外科の病気には、単径ヘルニア（だっちょつ）・臍ヘルニア（でべそ）・陰嚢水腫・停留精巣・包茎・肛門周囲膿瘍・裂肛・見張りのボ・便秘・異物誤飲などが挙げられます。なかには一〜二歳頃までに自然に治ってしまうものもあって、発見・診断されたからといって、すべてが手術の対象になるわけではありません。もちろん、診断即手術という疾患も潜んでいますから、その状況に合わせた対応が求められるのです。

詳しくは、「お母さんのための小児外科：第二回」から、順次お話ししていくことに致しましょう。

（小児外科医・八塚 正四）

表2 小児外科の守備範囲

1. 新生児の外科
2. 乳幼児の外科
3. 日常的な外科疾患
4. 小児の胆道系疾患
5. 小児の固形腫瘍

表1 小児の年齢区分

新生児：4週未満
 乳児：1か月～1歳未満
 幼児：1～3歳未満
 就学前児童：3歳～6歳未満
 学童：6歳～12歳
 思春期：13歳以上

～新しい先生の紹介～

本年十月より毎週木曜日の外来診療を担当させていただきます。どうぞよろしくお願いいたします。村瀬正彦と申します。小児科分野の中で新生児を専門にしております。普段は昭和大学横浜市北部病院で入院診療と外来診療に従事しています。

入院診療では、新生児集中治療室(NICU)に従事しております。NICUは、早くお生まれになった赤ちゃんや、生まれたときに病気がある方などを対象としています。赤ちゃんたちの笑顔に癒されながら日々の診療を行っております。

外来診療は、一般外来と併せて専門外来として小児の発育発達を見ていくフォローアップ外来を行っております。

International Board Certified Lactation Consultant (国際母乳育児支援コンサルタント)の資格を持っており、発育発達に合わせて母乳育児の相談もお受けいたします。お気軽にご相談ください。

(小児科医・村瀬正彦)



離乳食教室のご案内

11 月から離乳食教室が始まりました。サンクリニック内科隣の、元病児保育室で毎月第 3 水曜日午後 1 時から行っています。こちえのき主宰、衣食住の講座講師・秦智美先生がご指導くださいます。費用は試食付きで 2000 円です。

これから離乳食を始めようと思っている方、始めたけれどどう進めたらよいかわからなくて困っている方、ぜひご相談ください。申し込みは秦先生に直接お電話ですることになっています。ご希望の方は、小児科受付にお問い合わせください。ご案内を差し上げます。



お 知 ら せ

年末年始のお休みは下記のとおりとさせていただきます。

お薬等の確認をお願いします。

12 月 30 日(土)~1 月 5 日(金)

小児科・内科とも 1 月 6 日(土)より

通常通り診療を開始致します。

☆病児保育室サンクリキッズは

12 月 29 日(金)~1 月 8 日(月)

をお休みさせていただきます。