



思春期・女性外来の紹介



人は成長につれて、今までになかった悩みがでてきます。特に、変わりゆく身体や心の変化は、友達にも相談しづらい思春期の大きな悩みのひとつかもしれません。

安心して自分のことを相談できる場所を作りたい、そんな思いで2023年8月「思春期・女性外来」を開設しました。この外来では、当院に通院中の女兒・女性を対象に、月経や妊孕（よう）性、性の自認と指向など女性の性に関わる様々な相談を受けております。

例えば月経困難症。婦人科を受診すれば低用量ピルの処方を受けることが可能です。

しかし幼少期から当院に通院中の方は、初めての医療機関を受診することをためられます。なぜなら自分で病歴を説明しなければならないことが大きなハードルになるからです。医療機関によっては、小児であることや基礎疾患の

存在から受診そのものが難しい場合もあります。当科が受診先へ橋渡しすることで、必要な治療へ適切に繋げることを目標に、この外来を開設しました。

あくまでも受診先の選定と紹介になりますが、相談はどんなことでも結構です。

興味を持たれた方は、主治医・外来看護師にご相談ください。第2・第4火曜日の14時・15時で予約が可能です。病歴や困りごと、ちょっと聞いてみたかったこと、患者さん自身や家族の思いなど、ゆっくりお話を聞かせてください。

そのため1人1時間の予約枠としています。

みなさんの心配が少しでも軽減できる外来でありたいと思っています。

Concept コンセプト

●**基本理念** 周産期・小児医療の総合施設として、母とこどもの高度専門医療を通じて、親と地域社会と一体になってこどもたちの健やかな成長を目指します。

- 基本方針**
1. 患者の権利を尊重した医療の実践
 2. 安全・安心と信頼の医療の遂行
 3. 高度に専門化されたチーム医療の推進
 4. 地域の医療・保健・福祉・教育機関との連携
 5. 親とこどもが一体となった治療の推進
 6. こどもへの愛とまことに満ちた医療人の育成
 7. 医療ボランティアとの協調による患者サービスの向上
 8. 継続的な高度専門医療提供のための経営の効率化



編集後記

うらかな春の暖かさとともに、新年度が始まりました。今年度も充実した内容をお届けできるよう精進して参ります。げんきカエルを宜しく願いいたします。(O.M.)

委員長：貝藤裕史
副委員長：大津雅秀 田原エリカ
委員：深江登志子 細見能文
林卓郎 井谷洋美
藤田真理子 新井良子
藤原健太 中村直子
笹倉明子 時克志
岡田瑞希 井上徹
永安正典 東川果央

本誌に関するご感想・ご希望・ご質問はこちらまで



兵庫県立こども病院
HYOGO PREFECTURAL
KOBÉ
CHILDREN'S
HOSPITAL

〒650-0047
神戸市中央区港島南町1丁目6-7
TEL.078-945-7300
FAX.078-302-1023
https://www.hyogo-kodomo-hosp.com/
e-mail:info_kch@hp.pref.hyogo.jp

05病P2-016A4

げんきカエル No.84

兵庫県立こども病院
ニュースレター



令和6年(2024) 4月1日

令和5年度 院内学級学習発表会

院内学級 教職員 鷹津千佳

2023年11月2日、4年ぶりとなる学習発表会を2階の講堂で開催することができました。院内学級の児童生徒は、学習発表会に向けて熱心に調べ学習に取り組んだり、展示物を作成したり、教職員とリハーサルをしたりし、本番を楽しみにしていました。そして迎えた当日の発表は、少し緊張しながらも目をキラキラと輝かせて、準備したことを一生懸命に発表することができました。その立派な姿に保護者や病院関係者の方々から、大きな拍手やたくさんのお褒めの言葉をいただきました。

前日まで何名の児童生徒が講堂に行けるか心配でしたが、当日は13名が講堂で参加できました。また、オンラインや事前に撮影した動画などを使用し、1名でも多く参加できるようにしました。

小学部低学年の児童の多くは、1人で発表することが初めてで、今回、前に出て顔を上げて発表できたことは、今後の大きな自信につながると思います。小学部高学年の児童は、自分で調べたことをまとめて発表しました。聞いている人たちに問いかける場面があったり、特技を披露したりと見ている人たちを楽しませる工夫が多く見られました。中学部の生徒は、作品に対する思いが深く、はっと気付かされることもあり、大きくうなずきながら発表を聴かれている人が多かったように思います。また、教職員と一緒に作った作品は、華やかでバラエティーに富んでいました。みんなそれぞれ才能にあふれていて、今後の成長が本当に楽しみです。

発表の後は、外国人講師を中心に英語の歌やビンゴゲームで盛り上がりました。普段は違う病棟にいるため、オンラインでしか会えない友達に直接英語で

話しかけ、ビンゴを楽しんでいる姿から、学年や病棟の枠を超えてたくさんの人と関われる貴重な経験になったと感じました。

最後は、「シンコペーテッドクロック」を合奏しました。4つのリズムにパート分けをし、それぞれが好きな楽器を選び演奏しました。たった1回の練習で、気持ちのいいくらいにピタッと息の合ったセッションができ、演奏後には大きな拍手が沸き起こりました。

このように院内学級の児童生徒が、こども病院の講堂で多くの仲間と共に楽しく有意義な時間を過ごすことができました。ご協力いただきました皆様に改めてこの場をお借りしてお礼申し上げます。これからも院内学級で頑張る児童生徒への温かい応援をよろしくお願いいたします。



大好きなサッカー



【こうき】

ぼくは去年の8月ごろにインスリンポンプをつけるためにこども病院に入院しました。

1年生の時に、一型糖尿病という病気になって1年生から4年生まで注射をがんばってきました。注射はなにか食べるときに準備がめんどろでしたが、インスリンポンプにしてから食べるときはボタンを押すだけで注射をしなくてよくなりました。お祭りなどで友達とお菓子を食べるのが楽になりました。ポンプはセンサーなどを付けるときに痛いときもあるけど、注射を一日5回も打たなくてよかったので、ポンプにしてよかったなと思いました。この病気になって悪いことばかりじゃなくて、同じ病気の子が集まるサマーキャンプで友達を作ったりして、他にもぼくといっしょの病気の子がいるんだなと分かってうれしかったです。去年初めてサマーキャンプへ行って、最初は少しドキドキしてたけど、まわりのみんながやさしいしおもしろかったのですぐになじめてよかったです。今年もみんなと会いたいです。

ぼくは幼稚園の年中のころからサッカーをしています。サッカーが大好きなのでこれからもずっと続けたいと思っています。サッカーをしている仲間がたくさんいるのでうれしいし、まわりにもだちがたくさんいるので楽しいです。いつも診察をしてくれている先生はやさしいし、看護師さんが面白いので、こども病院に行くのは楽しいです。

【母より】

「1型糖尿病と共に生きることは、風船を落とさずに空中に浮かせながら毎日生活することです。」

これは、1型糖尿病の啓発キャンペーンである「#ブルーバルーンチャレンジ」に添えられたメッセージです。

1型糖尿病は体内で分泌されなくなったインスリンを注射などで補充し、血糖値を自分でコントロールすることが必要な病気です。大人でも非常に難しい血糖コントロールを、発症当時小学1年生だった息子と二人三脚で始めて4年半が経ちました。指先からの採血による毎日の血糖測定、頻回の注射からインスリンポンプに変わってもチューブやセンサーを装着する痛みは変わりません。愚痴をこぼしながらも、生活の一部として痛みを受け入れている我慢強い姿には、親ながらすごいなと感心します。

24時間365日。

学校に行ったり、サッカーをしたり、眠っている間も休むことなく血糖値という“風船”を浮かせ続ける毎日は容易いものではありません。それでも、毎月の通院で信頼できる先生方や看護師さんの手厚いサポートや温かいアドバイスを励みに、何とかがんばっています。

また、昨年より再開されたサマーキャンプや患者会といった交流の場で初めて同じ境遇の仲間に出会えたことは、息子にも私にとってもとても心強かったです。こども病院でも、それぞれのかたちでがんばっている子供たちと支えているご家族の姿を目にするたびに、いつも励まされ勇気づけられています。

入院時にはお隣のマクドナルドハウスに泊まらせていただき、安心して付き添うことができました。

たくさんの方々を支えられていることに感謝の気持ちでいっぱいです。

子どもの便秘

小児外科 畠山 理

みなさんは「便秘なんて大したことない。」と
思っていないでしょうか？あるいは「うちの子は
毎日便が出ているから大丈夫！」と妙な自信を
持っていますか？

便秘は初期に適切に対応すれば大事には至り
ませんが、慢性的になると腸自体が排便しにくい
状態になり、自然に治りにくくなります。また
多くの子どもは明らかな原因のない習慣性便秘症
ですが、なかには手術を必要とするような器質的
な原因がある便秘のこともあります。

ではどのようなことに気をつければいいでしょ
うか？次のような症状があれば注意が必要です。

- ・ウンチをするのを嫌がる、がまんする
- ・ねっとりしたウンチが少しずつまたはかたまり
で出る
- ・トイレを嫌がる、トイレでなくおむつにウンチ
をする
- ・不機嫌、元気がない
- ・おならの回数が多い、においが強い、大人の
ようなにおいのおならをする
- ・いつの間にか下着が汚れている
- ・熱や病気ではないのに、食欲がない など。

あと大いに参考になるのは便の形です。図1の
プリストル便形状スケールを見てください。4番の
バナナうんちが理想です。おうちでもチェックし
てください。

どうして便秘はよくないのでしょうか？便秘に
は「便秘の悪循環」(図2)というのがあるって、一度
この悪いサイクルに入ると、なかなかそこから
抜け出すのが大変なんです。ですから「うちの子
便秘かな？」と思ったら、早めに病院を受診する
ことをお勧めします。病院ではいろいろな方法で
この「便秘の悪循環」から抜け出すお手伝いを
します。

病院にかかる前にできることはないでしょ
うか？手始めに「排便日誌」をつけることを勧め
ます。排便習慣がわかれば、原因がわかったり、
治療の手助けにもなります。排便日誌はインター
ネット上でも「こどもの便秘」で検索すればダウ
ンロードできるサイトがあります。

まずは先に書いたような症状があれば、一度
かかりつけ医にご相談ください。



(図1)



中野美和子：赤ちゃんからはじまる便秘問題—すっきりうんちしてまか (吉蔵社)

(図2)

