

教えて！ 宮原先生？

今回は風邪についての質問に
お答えします。



小児科医
宮原直樹

大阪府寝屋川市出身。鳥取大学医学部卒業。小児内分泌を専門に鳥取大学医学部附属病院に勤務。2015年よりエコチル調査鳥取ユニットセンター所属。詳細調査ではお子さんの診察や採血をさせていただきまので、どうぞよろしくお願いいたします。

Q いつ受診するの？

発熱1〜2日目、鼻水や咳があっても、機嫌、食欲、睡眠がOKなら慌てません。ぐったり、おしっこが少なく、下痢や嘔吐がひどい、などあれば小児科を受診しましょう。ただし、元気に見えても発熱が3日続けば一度受診を。また、生後4か月未満の赤ちゃんは発熱したら1日目でも必ず受診しましょう。ただの風邪のことが多いですが、普段通りに見えても重症感染症が隠れていることがあります。

Q 熱冷ましのシートって使った方がいいの？

熱を下げる効果はないので必ずしも使う必要はないですが、子どもが気持ちよく眠れるようなら使う価値はあるでしょう。

Q 発熱で脳に障害って起こるの？

起きません。また熱の高さが病気の重症度と関係しているわけでもありません。ただし、風邪など自分が発している熱ではなく、熱中症など体の外からの熱は問題です。

Q 解熱剤の使い方は？

これも、機嫌、食欲、睡眠がOKなら使う必要はありません。そうでないときに、ほんの少し熱を下げることで(平熱までは下げません)体が楽になり、水分をとったり、眠ったりできるようになる、というのが本来の使い方です。なお、大人の解熱剤はReye症候群という怖い病気を起こすことがあるので、必ず子ども用を。

Q 風邪に抗菌薬っているの？

いりません。基本的に風邪はウイルスが悪さしているもので、自分の免疫力が治してくれます。細菌と違って抗菌薬=抗生物質は効きません。風邪で抗菌薬を飲むのは意味がないどころか、腸内細菌が乱れたり、薬剤耐性菌をつくったりするのでおすすめできません。

Q 風邪のときお風呂は？

入ってもかまいません。ただし、湯冷めに注意しましょう。なお、お風呂に入るにも体力が必要なので、まさに高熱が出ているときや、ぐったりしているときは、体拭きくらいにしておきましょう。

疑問に思う事があったら、
かかりつけの先生に尋ねてみましょう。



鳥取ユニットセンターニュース

TUC NEWS

エコチル子育て相談室 in ふれあいの里3階

開催日時 火曜日・金曜日9時〜12時
(予約優先、年末年始・祝祭日は除く)

- ◎子育てに関する不安やお悩み…なんでもご相談ください。聞いてもらうだけでも安心できますよ。
- ◎経験豊富なスタッフが相談にのります。
- ◎上記日時にてお電話での相談もはじめました。

お問い合わせ先 ☎ (0120) 415-177

一人で抱え込まないで、気軽に話に来てね♡

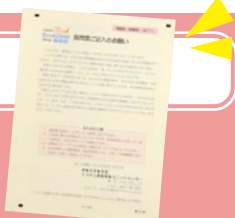


変更のお手続きはお済みですか？

春はお引越しの季節ですね！
ご登録いただいている情報(住所・電話番号など)に変更がありましたら、当ユニットセンターまでご連絡ください。フリーダイヤル、または質問票に同封の登録内容変更届をご活用ください。

お手元に質問票は残っていませんか？

つつい提出期限が過ぎてしまいどうしていいか困っている方。今からでも大丈夫ですので当時の様子を思い出しながらご記入の上ご返送ください。



子どもの健康と環境に関する全国調査
鳥取ユニットセンター
TOTTORI UNIT CENTER

〒683-8503 鳥取県米子市西町86

☎ 0120-415-177

9:00〜17:00
(土日祝日を除く)

詳しくはWEBで

エコチル鳥取

検索



エコチル調査鳥取ユニットセンターホームページ
http://ec.med.tottori-u.ac.jp/



ecochil@adm.tottori-u.ac.jp



twitterアカウント@ecochiltottori

子どもたちの未来のために

エコチル がいなだより

鳥取版
ニュースレター
eco&child
gaina
dayori



VOL 9

2016年3月

新企画!



なしチルを作ろう!!

料理

工作

お絵かき

などなど、身近なものでなしチルを作って写真を送ろう!
お子さん(エコチル参加者)、お母さん、お父さん!ふるってご応募ください!

応募要項

作成者 お子様の場合

件名:「なしチルを作ろう!」
本文:作品のタイトル、お子様のお名前(ふりがな)、作成時の年齢(月齢)、投稿者の氏名 ※エコチル調査参加のお子様に限ります。

作成者 お母さん、お父さんの場合

件名:「なしチルを作ろう!」
本文:作品のタイトル、お子様のお名前(ふりがな)、作成者・投稿者の氏名 ※お母さん、お父さんが作成された場合は〇〇ちゃんママ・パパと表記させていただきます。

上記を入力して、下記アドレスまでメールでお送りください。※掲載の発表は、がいなだよりVOL.10の掲載及び図書カードの発送をもって代えさせていただきます。応募写真は、ホームページにも掲載させていただきます。ホームページには掲載しないほしい場合は、メールの本文に併せてご入力ください。

✉ ecochil@adm.tottori-u.ac.jp

🌐 http://ec.med.tottori-u.ac.jp/

検索

HPからも投稿できます。

締切

4月15日(金)

がいなだよりに掲載させていただいた方には、
図書カードプレゼント



なしチルちゃんがゆく!

～潜入捜査! 質問票ってどうなるの?の巻～

ある日、なしチルちゃんに一通のハガキが届いた。

なしチルちゃんへ
私たちが書いた
質問票は
どうなったの?

潜入捜査
開始!!

よし!!
調べに
いこう

キラリン

質問票調査の
しくみ



鳥取ユニットセンター
(以下:鳥取UC)がある
鳥取大学医学部へ来たよ!

鳥取UCに
こんなにたくさんの
質問票が届いたよ。
皆さん、いつも
ありがとう!

ペコ

バビューン

ココでなしチル
ラボポイント!!

☑チェックは濃く、
なるべく枠内に
おさめてね♡

最後に

質問票や封筒に書かれた
個人情報、入力したその日の内に、
シュレッダーにかけて裁断されます。

こんなに
小さくなれば
安心だね!

ジャー

捜査を終えて...

まとめ

- 1 皆さんが書かれた質問票はユニットセンターを経て全国で集められ、研究データとして使われるよ。
 - 2 質問票入力の際は、生体認証を使ってセキュリティが守られていたよ。
 - 3 不要な個人情報は、すぐに裁断処理されていたよ。
- こうやって皆さんから頂いた貴重なデータが未来の子どもたちに
つながっていくんだ☆ これからもよろしくお願いします。
なしチル♡

to be continued...?

質問票の
入力
START!

4



これがスキャナー♡
一緒に吸いこまれ
ちやいそう...

はじめに

スキャナーを使って
質問票を1人分ずつ
パソコンに
取り込んでいきます。

質問票!

入力に使用するパソコンには、
手のひらの静脈を使って、
登録している特定の人しか
入れないシステムを採用して
個人情報の保護に努めています。

静脈
チェック中!

つぎに

質問票の各項目をひとつずつ確認して、
記入もれや情報の正誤確認をしながら
入力していきます。
さらに、入力した人とは別の人が、
もう一度入念にチェックして、正確なデータにします。

6



がいに
かわいい
写真

澄花(すみか)ちゃん
2歳1か月
「消防士さんに変身!」



佐奈(さな)ちゃん
2歳1か月
「ママ、お花と〜じゃ♡」



沙羅(さら)ちゃん
2歳6か月
「にゃ〜お!」



直輝(なおき)くん
1歳11か月
「寝起きです」



大丞(おおすけ)くん 4歳
丈丞(じょうすけ)くん 2歳
「男子三兄弟」



心美(ここみ)ちゃん
1歳9か月
「『は〜い!』できるもん♡」



向晴(こうせい)くん
3歳7か月
「勝負!!」



柚莉愛(ゆりあ)ちゃん
3歳
「ドーナツ大好き」



船斗(はくと)くん
1歳6か月
「ダブルめがね」



エコチル調査にご参加
いただいているお子さまの
楽しい写真を送って下さい。
ご応募いただいた中から抽選の上、
掲載をさせていただきます。

がいなちゃんより
掲載させて
いただいた方には
図書カード
プレゼント

件名に「がいにかわいい写真」、本文に写真のタイトル・撮影時の年齢(月齢)・お子さんのお名前(ふりがな)・投稿者の氏名を入力して下記アドレスまでメールでお送りください。※掲載の発表は、がいなだよりVOL.10の掲載及び図書カードの発送をもって代えさせていただきます。

応募要項
応募写真は、ホームページにも掲載をさせていただきます。ホームページには掲載しないしてほしい場合は、メールの本文に併せてご入力ください。

ecochi@adm.tottori-u.ac.jp
エコチル調査鳥取ユニットセンターホームページ
http://ec.med.tottori-u.ac.jp/

HPからも
投稿できます!

締切
4/15(金)