

ご自由にお取りください

TAKE FREE

庄内余目病院広報誌

あまるめーる

2025

11月号

No.285

特集 気になる病気・検査のお話

＼知っておきたい／

子どもによくある感染症



S. Linné.

特集 気になる病気・検査のお話

知っておきたい 「子どもによくある感染症」

今回は、子どもによくみられるかぜ、インフルエンザウイルス、RSウイルス感染症について解説します。同じ病名でも症状の重さはさまざま。日常の注意点や受診の目安、治療の基本を小児科医の視点でわかりやすくまとめました。

はじめに

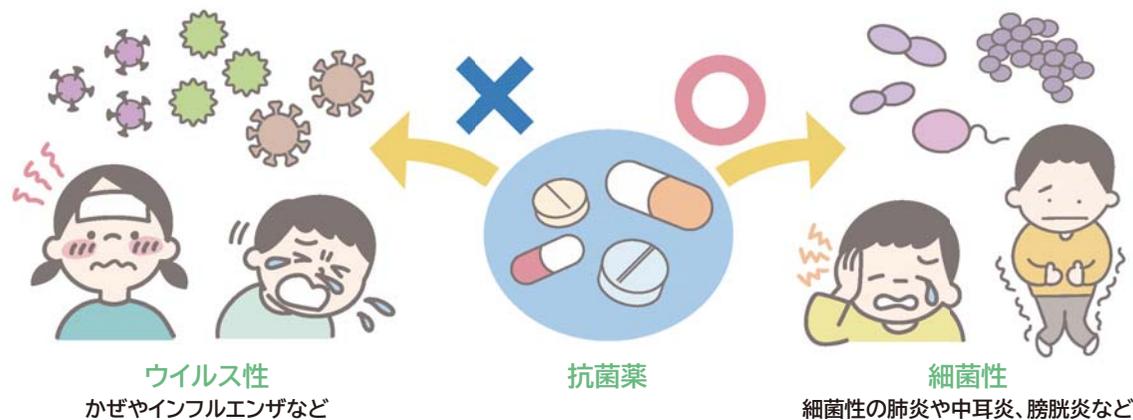
子どもによくある感染症のなかで①かぜ、②インフルエンザウイルス、③RSウイルス感染症についてお話しようと思います。上にあげた感染症は日常的に子どもたちがかかる感染症ですが、同じ病名・同じ感染症でも重症度や緊急度はケースバイケースです。病名だけにとらわれず、お子さん自身の状態をよく

みてあげて違和感を感じる時は医療機関に受診するようにして下さい。

かぜ（かぜ症候群）

はじめに衝撃的な事実を2つお話します。まず“かぜ”は、ほとんどがウイルスが原因であり、抗生物質は効かないという点です。そしてもう一つが病院で処方される“かぜ薬”のほぼ全てが咳や熱などの症状を緩和するた

▼風邪に抗生剤が効くは誤り



めの対症療法であるという点です。

かぜの原因であるウイルス自体に効果のある薬は（インフルエンザなどの一部のウイルスを除いて）ほとんどありません。自分の免疫力でかぜのウイルスを撃退しています。一方で抗生物質は（ウイルスではなく）細菌に対して効果のある薬なのでウイルス感染である場合は「空振り」になります。さらにこのような「空振り」抗生物質を頻回に使用することで、体の中にある正常な細菌が抗生物質に効きにくく変化してきます。

また、“かぜ薬”のほとんどが咳止めや痰切りの薬で、これらは症状を緩和させるためのものです。よく「ひどくならないように早めに受診しました」や「早く治る薬が欲しいです」とおっしゃられる方がいらっしゃいますが、残念ながら悪化を防ぐ薬や早く治る薬はありません。

つまり、ウイルスによる“かぜ”であれば、つらい症状（咳や発熱など）を薬で緩和しつつゆっくり休むことが重要なのです（じつは対症療法のかぜ薬は咳や発熱を和らげ、ゆっくり休ませるためのものなのです）。

もちろん一部の“かぜ”のなかには細菌感染である場合もあります。たとえば溶連菌感染やマイコプラズマ感染などです。これらの場合には抗生物質が効果があるので、それぞれの感染症に応じて、適切な抗生物質を適切な期間だけ使用します。

しかし、一部の溶連菌感染やマイコプラズマ感染でも抗生物質が効かない場合があります。これにも先にお話した抗生物質の過剰使用が影響しています。

このようなことから、われわれ小児科医がかぜ症状の子どもを診察する際には「このまま対症療法だけでみていった方がよい“かぜ”」なのか「積極的に抗生物質を使用したほうがよい“かぜ”」なのかの判断に全力を注ぎます。この判断のために詳細に病歴を聴取し、診察し、ときに検査をして判断の参考にするというわけです。

インフルエンザウイルス

冬を中心に流行するインフルエンザですが、この記事が掲載される頃にはかなり流行しているかもしれません。みなさんご存知のように高熱・咳・関節痛などつらい症状が

▼インフルエンザの症状



特徴ですが、いわゆる“かぜ”と同じような症状です。症状や診察のみで判断するのは難しいです（一部に喉の所見でインフルエンザを診断できると主張される先生もいらっしゃいますが一般的ではありません）。

そこで迅速検査の登場です。そうです。あの鼻グリグリのアレです。もちろん、その地域で流行しているかどうかという点も非常に重要です。場合によっては、流行状況というものは検査よりも重要かもしれません。ところで鼻グリグリですが、いつも正しい結果がでるかといわれるとそうでもありません。検査のキットにもよりますが、発熱から少なくとも12時間程度経過していないと、偽陰性（インフルエンザであっても陰性にでてしまう）ということがあります。「保育園で発熱したので帰されました」⇒「その足で受診しました」では偽陰性の可能性が十分ありえます。その場合、翌日にまた鼻グリグリです。One more HANAGURIGURI です…。もしお子さんの様子が熱だけで元気であれば、翌日の受診のほうがいかがですね。

▼インフルエンザワクチン接種



注射ワクチン
(13歳未満2回接種
13歳以上1回接種)



経鼻ワクチン
(2歳以上1回接種)

インフルエンザ 予防接種予約受付中

当院小児科では、注射と経鼻ワクチンの両方に対応しています。予約はこちらのWebサイトから▼



インフルエンザの場合は先の一般的な“かぜ”とは違って治療薬があります。そのため診断は重要です。しかし、この治療薬も発熱期間を1~2日短縮する効果が中心です。薬が効きにくいインフルエンザウイルスというものもあり、ここでも重要なのは“ゆっくり休む”ことです。

また、インフルエンザにはワクチンがあります。昨年から経鼻投与（鼻にシュッとする）のワクチンも登場しました。特にご家庭に小さい乳児がいる場合は、家族全員でワクチンを受けることが重要だと思います。費用の公費助成もありますので検討してみてください。

RSウイルス感染症

一昔前は冬の病気でしたが、もはや一年中みられる病気になりました。ほとんどの子どもは2歳までに一度はかかると言われています。

主な症状は発熱や咳、ときに喘鳴（ゼイゼイと呼吸することです）ですが、RSウイルス感染の大きな特徴は「年齢によって症状（重症度）が違う」という点です。生後6か月未

▼RSウイルス感染症



POINT

低月齢のお子さんは重症化して、入院することもあるので要注意。呼吸時にゴゴゴホ、ゼイゼイと音を鳴らす、ぐったりして顔色が悪いなどの症状がある時はすぐに受診しましょう。

満の乳児では、しばしば重症化し入院治療が必要になります。

2歳を超えるといわゆる“かぜ症状”ですむことが多くなってきます。大人のかぜもRSウイルスである場合が少なくないとされています。また、もともと心臓や肺に病気がある場合も重症化する場合があります。

このように低年齢であるほど重症化する（逆に言うと大きな子では重症化することは少ない）ため、RSウイルスの検査は外来診療では基本的に1歳未満の場合しか保険適応になっていません。ときに「保育園からRSの検査をしてもらおうように言われました」と来院される方がいらっしゃいますが、われわれが検査の適応を判断するにはこのような背景もあることを（特に）保育園関係者の方々には知っておいていただきたいと思います。

また、RSウイルス感染自体は特効薬はない病気です（インフルエンザのようにウイルス自体に効果のある薬は現在のところありません。臨床試験中の薬はあります）。解熱剤

やなるべく呼吸が楽になるような薬をチョイスして、対症療法に徹します。

やはり、通常のかぜよりは長い経過をたどりますので、とくに小さい乳児では注意して経過をみる必要があります。

おわりに

子どもによくある3つの感染症についてお話ししました。もちろんこの他にもいろいろな感染症があるのですが、実は子どもの感染症の多くは“自然に治っていきます”。

われわれ小児科医の役割は、「自然に治っていく過程をじゃましないこと」と「自然には治らない病気をキチンと見つけること」だと思っています。

今回お話ししたのは

小児科部長

すがもと けんじ
菅本 健司

(日本小児科学会認定
小児科専門医・指導医)





医師事務作業補助者
(入職7年目)

ひらた
平田 しずか



医師のサポートを通じて、患者さんにより良い医療を

この職業を選んだ理由

もともと人を支える仕事に興味があり、医療事務を目指して専門学校に進学しました。勉強を進めるうちに「医師事務作業補助者」という職種があることを知り、とても興味を持ちました。

医師事務作業補助者は、医師の診療に関わる事務業務を支援する仕事で、医師のサポートを通じて患者さんに質の高い医療を届けられる点に魅力を感じました。働くなら地元で、これまでの学びを活かしながらより専門的な業務に挑戦してみたいと思い、当院への入職を決めました。

普段はどんな業務を？

当院の医師事務作業補助室では、診断書や紹介状の文書作成補助、診療記録の代行入力、処方や検査の代行オーダー入力、診察予約の調整など、幅広い業務を行っています。スタッフ全員がローテーションで各業務を担当しますが、私は現在、透析センター業務を担当しています。

透析センターでは、透析患者さんの回診やオーダー代行入力、文書作成補助など、医

師事務作業補助者としての業務全般を担っています。透析センターでは、患者さんの診療が滞りなく進むよう、医師・看護師・臨床工学技士などの他職種と連携しながら、正確かつ迅速に業務を進めることが求められます。悩むことや大変なこともありますが、業務を通じて医療知識が自然と身に付き、チーム医療の一員として患者さんやスタッフの力になれる実感が得られるため、日々やりがいを感じています。

今後の展望について

入職してあっという間に7年目となりましたが、学ぶことはまだまだたくさんあります。常に向上心を持ち、自身のスキルアップを怠らず、“縁の下の力持ち”として、患者さまやスタッフの支えになれるよう努めていきたいと思っています。

- Profile -

2019年入職 (山形県酒田市出身)
趣味・特技：サウナが大好きで仕事終わりや休日は“ととのう時間”でリフレッシュ。気づけば2時間以上温泉にいることも…。



食物繊維たっぷり、腸活レシピ

豆腐と食物繊維豊富な野菜を組み合わせたヘルシーなハンバーグです。ハンバーグはネギと三つ葉入りでシャキシャキとした食感も楽しめます。キノコの旨味と生姜の薬味を効かせた塩分控えめのあんとの相性もばっちりです！



調理師 佐藤 清美

キノコと豆腐のヘルシーハンバーグ

1人分の栄養素
エネルギー：300kcal
たんぱく質：18g
塩分：2.1g



材料 (2人分)

シイタケ……………4枚	エノキ茸……………1/2袋
木綿豆腐……………300g	シメジ……………1/2パック
塩昆布……………6g	おろし生姜……………6g
長ネギ……………1/2本	だし汁……………200cc
三つ葉……………1/2束	醤油……………大さじ1
卵……………1個	みりん……………大さじ1
サラダ油……………大さじ1	塩……………少々
	水溶き片栗粉……………小さじ2
	サラダ油……………小さじ2

作り方 (調理時間：約20分)

- 豆腐は水気をよく切ります。シイタケは薄切り、長ネギは小口切り、三つ葉は長さ2cm位に切ります。
- ボウルに豆腐を入れて手でつぶします。卵を加えてよく混ぜたら、1と塩昆布をさらに加えてよく混ぜ、2等分にして小判型にまとめます。
- フライパンにサラダ油を熱して2を並べ、強めの中火で中に火が通るまで両面を焼きます。
- エノキ茸は3等分に切り、シメジは小房に分けます。サラダ油を熱したフライパンで炒め、Aを加えてひと煮立ちさせ、キノコ類に火が通ったらおろし生姜を入れ、水溶き片栗粉でとろみをつけます。最後に器に3を盛りつけ、4のあんをかけます。

今回の素材は…



シイタケ

シイタケは旨味があって、メイン料理や隠し味など秋の食卓を彩る万能食材です。また、食物繊維が多く生活習慣病予防や便秘解消に役立ちます。カルシウムの吸収を助けるビタミンDやビタミンB群も豊富です。これらは水溶性なので、ソースやスープに加えることで溶け出したビタミンを無駄なく摂取できます。

COOKING TIME

TOPIC

健康友の会「健康フェスティバル」開催

9月7日(日)に、余目第一まちづくりセンターを会場に、庄内余目病院健康友の会主催「健康フェスティバル」が開催され、当院スタッフも共催として運営に参加しました。当日は、友の会会員や地域の皆さまなど約140名が来場しました。

ステージでは、当院の循環器内科専攻医・赤崎拓海医師による「虚血性心疾患を学ぶ」と題した医療講演のほか、パンが当たるじゃんけん大会や友の会役員による歌・漫談、白崎映美さんのライブなど、多彩なプログラムが続き、会場は終始にぎやかな雰囲気に包まれました。

当院スタッフも輪投げやバルーンアート、お菓子つかみ取り、野菜やジュース販売を担当しました。普段の病院業務ではなかなか体験できない、地域の方々との交流の機会となり、温かい“つながり”を実感できる一日となりました。(企画課/山木)



TOPIC

第9回「高校生対象医療現場体験セミナー」を開催

10月4日(土)に、第9回「高校生対象医療現場体験セミナー」を開催しました。この日は、庄内地区の高校生35名が参加し、午前・午後の2部構成で実施しました。

参加者は、医師や看護師、介護福祉士、診療放射線技師、臨床検査技師、リハビリ療法士(理学療法士・作業療法士・言語聴覚士)など、12職種の中から希望する職種を選び、電気メスや縫合、血液検査、リハビリ体験など、実際の職場できざまな体験を行いました。

体験後には相談コーナーも設けられ、進路や仕事内容について活発な質問が寄せられました。スタッフも高校生の真剣な眼差しに応えながら、やりがいなどを丁寧に伝えました。

医療人材の確保は庄内地域における大きな課題です。今回の体験をきっかけに、医療に関心を持ち、将来この地域の医療を支えてくれる若い世代が一人でも多く育っていくことを期待しています。(企画課/山木)



寺田院長の

んだんだ！通信 休載のお知らせ



毎号ご愛読いただいていた寺田院長の「んだんだ！通信」ですが、目の治療のため、先月号(第121号)をもってしばらくお休みさせていただくことになりました。10年間、一度も休むことなく続けてこられたのは、毎号楽しみに読んでくださる皆さまのおかげです。心より感謝申し上げます。

院長本人からは「元気になったら、またパワーアップして戻ってきます！」とのメッセージが届いています。

再開の際には、これまで以上にパワーアップした“んだんだ！通信”をお届けできるよう、準備を進めてまいります。その時をどうぞ楽しみにお待ち下さい。

これからも広報誌「あまるめーる」をよろしくお願いたします。

広報委員会一同より



Try!

間違い探し

2枚のイラストには、よく見るとちがうところが5つあります。じっくり見比べて、どこがちがうのか探してみましょう。



答えは、病院サイトの広報誌「あまるめーる」紹介ページに掲載しています⇒

12月開催「いきいき健康講座」のご案内

入場無料でどなたでもご参加いただけます。
ご参加をお待ちしています。

日時：12月22日(月)
14:00~15:00 (13:45 受付開始)

会場：三川町社会福祉センター
東田川郡三川町大字横山字西田 85-2

講演テーマ：「骨を強くして、
骨粗しょう症を予防しよう」

講師：庄内余目病院 整形外科部長 宮本光理

定員：40名(定員になり次第受付終了) ※事前申し込み制

参加申し込みはこちらから↓



左記 QR コードか
らお申し込みくだ
さい。

【お問い合わせ先】
担当/三川町役場健康福祉課健康係

☎0235-35-7032 (直通)
電話受付時間：平日 9:00~17:00
※祝日は除く

もくじ

- 02 【特集】気になる病気・検査のお話
＼知っておきたい／
「子どもによくある感染症」
- 06 Staff Voice
「医師事務作業補助者」
- 07 みんなの健康レシピ
「キノコと豆腐のヘルシーハンバーグ」
- 08 インフォメーション
- 10 2025年11月 診療担当医師予定表

ご意見・ご感想募集

広報誌「あまるめーる」へのご意見やご感想、取
り上げてほしい健康や医療のテーマなどを募集して
います。住所、氏名、年齢、ご意見・ご感想をご
記入の上、下記宛て先までハガキまたはEメールで
お送りください。抽選で記念品をプレゼントします。

【郵送の場合】山形県東田川郡庄内町松陽 1-1-1
庄内余目病院 企画広報室 宛

【メールの場合】kikaku@amarume-hp.jp

庄内余目病院 Instagram

病院に日常や働く職員の姿などお届け
しています。よろしければ、いいねやフォ
ローをお願いします！



● 理念 ●

生命を安心して預けられる病院
健康と生活を守る病院
地域に貢献する病院

● 患者様の権利 ●

1. 人格とプライバシーを尊重される権利
2. 良質の医療を受ける権利
3. 説明を受ける権利
4. 自己決定の権利
5. 個人情報保護の権利
6. 診療情報の提供を受ける権利
7. 健康教育を受ける権利
8. 宗教的支援に対する権利

● 医療における子どもの権利 ●

1. 人として大切にされ、自分らしく、生きる権利
2. 子どもにとって一番よいことを考えてもらう権利
3. 病院などで親や大切な人といっしょにいる権利
4. 必要なことを教えてもらい、自分の気持ち・希
望・意見を伝える権利
5. 希望どおりにならなかったときに理由を説明し
てもらう権利



医療法人徳洲会 庄内余目病院

〒999-7782 山形県東田川郡庄内町松陽 1-1-1
TEL: 0234-43-3434(代表) FAX: 0234-43-3435

病院ホームページ



病院 LINE アカウント



発行：庄内余目病院 / 企画・編集：庄内余目病院広報委員会、企画広報室 / カバーデザイン・イラスト制作：ふるせしおり
※本誌に掲載されている記事・写真・イラストの無断転載・転用および複製等をご遠慮ください。



日本医療機能評価機構認定病院



環境に配慮した「植物油イ
ンク」を使用しています。



ユニバーサルデザインフォント
を採用しています。