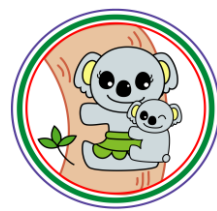


みんなのわ



子どもに薬を飲ませる時のポイント

子育て支援館看護師
大和貴子

朝晩だけでなく、日中もずいぶん過ごしやすくなり、空もすっかり秋の空になりました。そろそろ風邪や胃腸炎など、感染症が心配になってくる季節ですね。病気になると、病院を受診し、薬を処方されることが多いと思います。しかし、この薬がなかなかのくせ者。どうやって子どもに飲ませるか、悩んでいる方も多いのではないのでしょうか。そこで、今回は、子どもに薬を飲ませる時のポイントについてお話したいと思います。

1. 薬って何？

薬とは、国語辞典で調べると、「心身に、特殊な効果や一定の影響を与えるもの。特に、病気や傷などを治したり、健康を保持したりするために、飲んだり注射したり塗布したりするもの。医薬品。」(大辞林 第三版)とあります。つまり、薬はあくまで「病気を治すためのもの」であって、「食べもの」ではないのです。美味しくなくて当然なのです。

2. 薬を飲ませるときの親の心構え

では、どうやって子どもに飲んでもらうか、これが一番の悩みだと思います。しかし、百発百中の飲ませ方は、残念ながらありません。そこはお子さん一人一人違うのです。ただ、大切にしてほしいことがあります。それは、たとえ赤ちゃんであっても、なぜこの薬を飲まなければいけないのか、きちんと子どもに説明することです。もしみなさんが、今まで全く見たこともないようなものを出され、何の説明もなく、とにかく食べろと言われたら、食べられますか？よほど勇気がないと食べられないですね。それは子どもも同じです。ちゃんと説明すれば、赤ちゃんだって「これは飲まなきゃいけないものなんだ」と、何となく理解してくれると思います。また、薬を作る側では、そのままの状態でも飲んでもらえるように開発し、それを前提に薬を出しています。基本的には、そのまま飲ませるものだと理解しておいてください。初めての薬を飲ませるときは、飲ませる前に親がちょっと味見をするのも良いかと思います。

3. 薬はいつ飲ませるのがいいのか



ご存知のように、薬を飲む時には、「食前」と「食後」などという指示があります。空腹の方が薬の吸収の効率が良いのですが、薬は胃を痛めるものが多いため、大人では食後に飲む場合が圧倒的に多いです。しかし、子どもにはそういった症状がわりあい少ないようです。

また、子どもはおなかがいっぱいになると、より薬を飲みたがりません。特に赤ちゃんは、おなかがいっぱいになったら口を開こうともしません。そこで、子どもに対しては、薬は食前やミルクの前に飲ませることをお勧めします。ミルクの場合は、できればミルクをあげる10分くらい前に飲ませるのが良いです。もし、咳などで薬を吐いてしまったら、薬を飲んでから吐くまでの時間と、吐いた量などを考慮して新しい薬を飲ませ直します。例えば、薬を飲んだ直後に吐いてしまい、薬が全部出てしまったようであれば、もう一度同じ量の薬を飲ませ、薬を飲んでから30分以上たってからの場合は、薬はほぼ吸収されたと考えられるため、改めて薬は飲ませない、といった感じです。また、回数については、1日3回と言われても、寝た子を起こしてまできっちり8時間おきに飲ませる必要はありません。基本は、食事の時間に合せていただければ大丈夫です。また、症状が軽くて保育園や幼稚園に通園している場合などは、朝、薬を飲ませてから登園し、子どもが帰宅後すぐに2回目を飲ませ、3回目は寝る前に飲ませる、というやり方で問題ありません。余裕を持って薬を飲ませてください。

いかがだったでしょうか？みなさんの薬に対する負担感が少しでも軽くなれば嬉しいです。



参考・引用文献：赤ちゃん子どものくすり 小林昭夫



11月の予定



日	月	火	水	木	金	土
 子育て支援館 携帯版ホームページ				1	2 りす 保健相談	3 ひまわり 心理相談
4 心理相談	5 おはなし花かご	6 休館日	7 ひよこ なごみひろば アレルギー相談	8 うさぎ①②	9 りす ベビーヨガ講座 保健相談	10 ボランティア 講習会 心理相談
11 Big ぼんだ 心理相談	12 *子育て支援コンシェルジュ出張相談	13 休館日	14 なごみひろば アレルギー相談	15 ぼんだ	16 りす 保健相談	17 心理相談
18 サンデーひよこ 心理相談	19 育児サークル講習会	20 休館日	21 ひよこ なごみひろば アレルギー相談	22 うさぎ①②	23 りす 保健相談	24 心理相談
25 でんでん虫 心理相談	26 むし歯予防講座	27 休館日	28 ひよこ なごみひろば 身体測定 アレルギー相談	29 ぼんだ	30 りす 保健相談	

※子育てコンシェルジュ出張相談～保育園・認定こども園・幼稚園入園について～

予約制 13:00～14:30（お一人様 15分程度）5組程度 予約後にお時間をお知らせします。当日も空きがあれば対応致しますので気軽にお問い合わせください。

わいわいひろば

サンデーひよこ
（2か月～おおむね6か月）
18日（10:30～11:00）（担当：松葉瀬）
※内容等は通常のひよこと同じです。

ひよこ（2か月～おおむね6か月）
「ふれあい遊びを楽しもう！」
7日・21日・28日
（10:00～10:30）
定員 8組（担当：東原）
※持ち物はありません

りす（おおむね7か月～11か月）
「ふれあい遊びを楽しもう！」
2日・9日・16日・23日・30日
（10:00～10:30）
定員 8組（担当：加納）
※持ち物はありません

うさぎ（おおむね1歳児）
「ふれあい遊びを楽しもう！」
8日①②・22日①②
①9:50～10:30 ②10:40～11:20
定員 10組（担当：鈴木）
※持ち物はありません

ぼんだ（おおむね2歳児以上）
「リズム遊びを楽しもう！」
15日・29日
（10:00～10:40）
定員 10組（担当：藤沼）
※持ち物はありません

★わいわいひろばのお申込みについて★

11月 1日～15日開催分・・・10月 15日午前9時より受付開始

11月 16日～30日開催分・・・11月 1日午前9時より受付開始

- ◇ お申し込みは、館内窓口・電話・ホームページにてお受けいたします。
- ◇ 上記受付開始日については、すべての受付を午前9時より開始いたします。
- ◇ お申し込み回数は、月間でお一人様1回限りとなっております。
- ◇ 定員に達している場合は、キャンセル待ちをお受けしております。

なごみひろば

毎週水曜日 10:00~11:00
各回定員 10名 第2のみ12名

「なごみひろば」は保護者の方同士と一緒に学び合うひろばです。

事前予約制となっております。定員になり次第締め切らせていただきます。

お申し込みは 10月15日午前9時より受付を開始いたします。



7日「離乳食」5か月~6か月頃

21日「イヤイヤ期・反抗期の付き合い方」

第2週（14日）のみ、託児希望者は先着5名まで承ります。ご予約は10月25日（木）までに館内窓口又はお電話にてお申し込みください。尚、料金は200円になります。

14日「ママ同士何でも話そうよ!」

28日「40代ママの集い」

おはなし会



3日(土)ひまわり

5日(月)おはなし花かご

25日(日)でんでん虫

※おはなし花かごの時間は11:00からです。

通常のお話会は全て15:00~15:30です。

お申し込みの必要はありません。この他にも毎週金曜日は「かつらぎ民話をかたる会」の紙芝居があります♪



身体測定

28日(水) 13:30~14:30

毎月第4水曜日に、多目的室で身体測定を行います。お申し込みは不要です。乳児用、幼児用の身長計、体重計を用意していますので、お気軽にお越しください。看護師が同席しますので、ご不明な点はお尋ねください。

相談

子育ての悩み、言葉の発達、気になる行動、離乳食、身体の健康などのご相談をお受けしております。保健相談では看護師が、心理相談では臨床発達心理士がお話をお伺いいたします。（就学前までのお子さんが対象です。）詳しいお問い合わせ、お申し込みなどは、☎201-6001まで、どうぞお気軽にお電話ください。

子育てメッセージ 三須



いやいや、やだやだ
自分で自分で……
今までされるがままだったのに
自分の意思を
はっきりいえるようになったのね。

成長の第一歩

いよいよ反抗期に突入。毎日、子どもと戦争のよう。

こんなに大変だと思わなかった。赤ちゃんのときも大変だったのに、これじゃあ、赤ちゃんのときのほうがよかったわ。

でもこれって、成長の第一歩なのよね。それに、ずーっと続くわけないんだから、もうちょっとがんばって、つきあってみようかな。

(社) 全国私立保育園連盟 『子育てメッセージ』より

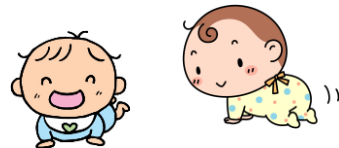
講座

事前のお申し込みが必要です。お申し込み受付は 10月15日
午前9時より館内窓口・お電話・HPにて開始いたします。

ベビーヨガ講座

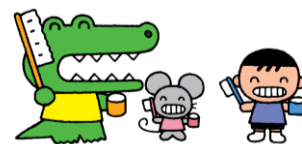
9日(金) 10:00~11:00

- ★会場：子育て支援館 多目的室
- ★講師：前田美保子(ヨガ講師・保育士)
- ★参加費：300円
- ★定員：12組
- ★対象：生後1か月~ハイハイ前位のお子様と保護者
- ★持ち物：ベビーを寝かせるバスタオル、水分等
- ※運動できる服装でお越し下さい。はだしで行います。



ママだからできることのおし歯予防講座 26日(月) 10:00~11:00

- ★会場：子育て支援館 多目的室
- ★講師：鶴岡友恵(鶴沢歯科クリニック副院長)
- ★参加費：300円
- ★定員：10組
- ★対象：0歳~1歳半までのお子様と保護者の方
- ★持ち物：①いつもお子様が使っている歯ブラシ ②ハンドタオル



Bigぼんだ~体を動かして遊ぼう~ 11日(日) 10:30~11:10

- ★会場：子ども交流館アリーナ(きぼーる3階)
- ★参加費：無料
- ★定員：20組(事前申込制・先着順)
- ★対象：2歳以上のお子様と保護者の方(お父さん、お母さん、保護者ならどなたでも)
- ※会場へは直接お越しください。交流館カードのある方は提示していただいています。お持ちでない方は申請をお願いします。

☆公立保育所の男性保育士も一緒に遊びます!



ボランティア講習会

~地域で取り組む子育て~

10日(土) 10:00~11:30

- ★会場：子育て支援館 多目的室
- ★定員：20名(事前申込制・先着順)
- ★講師：三須初子(当館館長・保育士)
- ★対象：孫育てをされている方、孫育てをされていなくても地域の子育て支援に興味のある方

育児サークル講習会

19日(月) 9:50~11:20

- ★会場：子育て支援館 多目的室
- ★講師：廣瀬万穂(当館副館長・保育士)
- ★定員：10名(事前申込制・先着順)
- ★対象：育児サークルの方、これからサークルを立ち上げたい方、子育て支援関係者等
- ☆今月は1、2歳児向けふれあい遊び、親子遊び等をご紹介します!

育児サークル関係者の皆さんと情報交換しませんか...

ちばしファミリーサポートセンター基礎研修会

ちばしファミリーサポートセンターでは、地域で子育てをお手伝いして下さる提供会員・両方会員(有償ボランティア)を募集しています。提供・両方会員になるための基礎研修会を開催いたしますのでぜひご参加ください。

日時：11月1日(木)・2日(金)
9:30~12:50

会場：中央保健福祉センター

要件：市内在住で、お子さんを預かる事のできる心身ともに健康な方

問い合わせ・ちばしファミリーサポートセンター

提供・両方会員になりませんか?

千葉市子育て支援館
(公社)千葉市民間保育園協議会
千葉市中央区中央 4-5-1 きぼーる 6F

☎ 043-201-6000 (代表)
043-201-6003 (fax)
043-201-6001 (相談)
043-201-6571 (ファミサポ)

✉ info@kosodateshien.or.jp

HP www.kosodateshien.or.jp/

発行責任者：三須 初子