

本号の主な内容

【事務局より】

【Dr.伊藤のすこやかコラム：手足口病と水ぼうそうの違い】

【研究者リレーコラム：名古屋市の共働きカップル子育て支援】

【事務局より】

暑い日が続きますが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

私の娘は、夜寝ていると涼しい所を求めてか、うなりながら寝返りを打ち、
広範囲に移動を繰り返しています。

昨今は、室内でも熱中症になりますので、

水分・ミネラルの補給とエアコンを上手に使用しながら、

この夏を乗り切りたいと思います。

今月の話題は、伊藤先生からは手足口病と水ぼうそうの違い、

渡井先生からは名古屋市の共働きカップル子育て支援をいただきました。

【 Dr. 伊藤のすこやかコラム：手足口病と水ぼうそうの違い】(伊藤淳先生)

猛暑と熱帯夜で夏バテしそうですが、皆さんお元気ですか。

今回のコラムは、熱中症対策、、、かと思いきや、手足口病について解説します。

というのも、手足口病の患者さんがかなり増えている上に、

今年の手足口病は少し特徴的だからです。

都内では手足口病が流行していると、新聞やテレビでご覧になった方も
いらっしゃると思います。

(参考：東京都感染症情報センター

<http://idsc.tokyo-eiken.go.jp/diseases/handfootmouth/handfootmouth/>)

ほとんどの患者さんが5歳以下の子どもで、

半数以上が2歳までの小さいお子さんがかかっています。

症状は、教科書的には手のひらや足の裏、口の周りや口の中に水疱ができて、
発熱するというものです。

今年の特徴は、水疱が教科書的な部位だけでなく、
腕や太もも、お尻から背中、胸や腹まで広範囲に出る傾向があることです。

全身に広がる水疱に発熱を伴い、保育園や幼稚園で流行するというと「水ぼうそう」
との区別が難しくなります。

経験を積んだ小児科医として（←失礼！）私が見分けるポイントとしているのは、
水ぼうそうの水疱は頭から足までまんべんなく散らばって出現する一方で、
手足口病は水疱どうしがそれなりに集まって出てくる、という点です。

全身広範囲に水疱が散らばっているものの、よく見ると腕や足、お尻に多いよね、
という感じなら手足口病の可能性が高いと判断しています。

症状のほかにも、過去に水ぼうそうにかかったことがあるとか、
予防接種を済ませたという情報は診断の際に重要なポイントになります。

水ぼうそうの場合、水疱が全部かさぶたになるまで登園停止です。
しかし手足口病の場合は登園停止になりません。
熱が下がって本人が元気なら、ブツブツが出ている状態でも保育園に預けることができます。

この違いは何によるのかというと、2つ理由があります。

1つは、水ぼうそうは水疱が全部かさぶたになった時点で他人へうつす可能性が
低くなる一方で、手足口病は熱が下がりブツブツもなくなっても便（うんち）や
唾液（よだれ）の中にウイルスが長期間にわたって居続けることが多く
（長いと数か月）、どれくらい休めば他人にうつす心配がなくなると言い切れないからです。

もう1つは、水ぼうそうは感染力が強いうえに生まれつき体の弱いお子さんや障害を持っ
た子が感染すると死亡する可能性がある怖い病気である一方、
手足口病はそこまで感染力が強くない上に、死亡するケースが極めてまれであるという違いです。

手足口病も水ぼうそうも特効薬はありませんので、
それなりに元気で水分が飲めていれば自宅で様子を見られて大丈夫です。
もし水分が飲めずオシッコがでにくくなった、ぐったりして様子がおかしい、
ひきつけを起こした、などの状態であれば必ず小児科を受診してください。

また水ぼうそうの予防接種がまだのお子さんがいらっしゃいましたら、
ぜひ接種していただきたいと思います。

手足口病との区別のためにも、また誰かの尊い命を救うためにも、
水ぼうそうは流行させたくないものです。

伊藤淳（小児科医）

【研究者リレーコラム：名古屋市の共働きカップル子育て支援】（渡井いずみ 先生）

名古屋市の共働きカップル子育て支援

名古屋も東京と同じく待機児童が多く、保育園探しが困難な地域ですが
行政の育児支援は積極的です

通常の妊婦さんは、妊娠届けを役所に提出して母子手帳をもらうときに、
各区の保健センターで開催している「両親教室（従来の母親学級）」への参加を勧められます。
これは平日の昼間に行われ、1回3時間を3日間のコースです。
年間約200回実施され、受講者は7~8000人にのぼります。
しかし、共働きカップル、なかでもフルタイムで働いている女性が
平日の昼間にこれらの教室に参加するのは難しい。

そこで、名古屋市では、通常のコースを1回3時間に短縮し、
月に2回、週末に「共働きカップルのためのパパママ教室」を開催しています。
1回30組の夫婦が対象ですが、希望者が多く抽選となるほど人気が高い事業となっています。

プログラムは、主にパパに対して、赤ちゃんの抱っこのしかた、オムツの替え方、
沐浴の方法、泣き止まないときの対処方法などの実技指導が中心です。
お腹の大きいママは、横でにこにこしながら、将来のパパの悪戦苦闘ぶりを見守ります。
また、実技指導のあとには、1年前の受講者が赤ちゃんと一緒に登場。
先輩カップルから共働きしながらの子育ての実際について話を聞くことができます。

また、この教室の経験をもとに「共働きカップルの子育て応援します」という小冊子
が作成されました。出産前後に役立つ育児情報を始めとして、保育園情報や産休・
育休に関連する法律、相談窓口などの情報を分かりやすくまとめられています。
現在、名古屋市では母子手帳交付時に、仕事をしている、
と申し出た妊婦さんには全員配布しているそうです。

このような取り組みが、共働きカップルの不安軽減や離職防止にどの程度
役立っているのか、現時点では明らかではありません。
ワーク・ライフ・バランス研究としては、

