

間違っていない？

子どもの健康ケア

発熱の対応

監修 大川こども&内科クリニック
院長 大川 洋二

基本は安静にするのがよいですが、**38度以上で機嫌が悪ければ身体を冷やす**対応をします。機嫌がよく、水分がとれていれば心配ありませんが、顔色が悪い、呼吸が苦しそう、水分がとれないときは早めに受診します。けいれんが15分以上続いたり、繰り返すときは緊急に受診したほうがよいでしょう。



子どもが熱を出したとき、
どうしたらいい？



発熱したときの対応

● 身体を冷やす

衣服や布団は普段より1枚少なめを目安に。嫌がらなければ、首の後ろや足の付け根、脇の下を冷やします。38.5度以上でつらそうなときは、医師の指示に従って解熱剤を使用してよいでしょう。

● 水分をとる

こまめに水分を与えます。水や麦茶、ミルクなど飲めるものでよいですが、食事がとれないときは経口補水液がよいでしょう。食事は、消化がよく食べやすいもの(おかゆや麺類など)にします。

子どもの急病で対処法や緊急に受診するか迷うときは…

- ・ **こどもの救急 (ONLINE-QQ)**
<https://kodomo-qq.jp>
日本小児科学会作成のホームページ
- ・ **こども医療でんわ相談 #8000**
小児科医や看護師が対応する自治体の相談窓口

今さら聞けない？



マイナ保険証 Q&A

医療機関の受診はマイナ保険証の利用が基本となっています。ここでは、マイナ保険証の基本を改めて紹介します。

Q 医療機関・薬局ではどう受付すればいいの？

A 次の手順で受付を行ってください。マイナ保険証は、**毎回受診時に持参**して受付をします。

① 受付

マイナンバーカードをカードリーダーに置く

② 本人確認

顔認証または暗証番号を入力

③ 同意の確認

過去の診療・服薬・健診情報提供への同意



※カードリーダーの不具合で認証ができない場合でも、これまで通りの自己負担額で受診できます。
※何らかの事情で本人確認ができない場合は、職員が目視で本人確認します。

Q スマホにも搭載できるってホント？

A 対応機器の準備が整った医療機関・薬局では、**スマホによるマイナ保険証の利用が可能**です。スマホをマイナ保険証として利用するためには、事前にマイナポータルアプリでの手続きが必要です。また、スマホのマイナ保険証に対応している医療機関・薬局は下記のQRコードで確認できます。



マイナ保険証を搭載する方法



対応医療機関・薬局検索ページ



マイナ保険証は安全

マイナンバーカードのICチップには、プライバシー性の高い個人情報は記録されていません。万が一落としてしまったら**マイナンバー総合ダイヤル (0120-95-0178)**に電話すると一時的にカードの利用を停止することができます。

まだマイナ保険証を持っていない人は

マイナンバーカードを申請
オンライン申請(スマホ・PC)・
まちなかの証明写真機・郵送で
申請することができます。



保険証として登録する
マイナポータル(スマホ・PC)・
セブン銀行ATM・医療機関・薬
局のカードリーダーで保険証
利用登録が必要です。

