

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もよいでしょう。

#### ●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。

