

相談

- お住まいの地区に該当するセンターで受けてください。※一部地区を除く。
- 受けられない場合は、各地区のセンターにお問い合わせください。
- 1歳児育児相談、おめでとう相談、赤ちゃんひろば、健康相談は申し込み不要です。

地区名・場所	西尾地区 西尾市保健センター	一色地区 一色健康センター	吉良地区 吉良保健センター	幡豆地区 幡豆いきいきセンター
1歳児育児相談 肉 育児・歯科相談 持 母子健康手帳、受診票、歯ブラシ	対 22年12月1日～16日生… 日 12月8日(休) 対 22年12月17日～31日生… 日 12月22日(休) 受 午後1時～2時	対 22年12月1日～15日生… 日 12月1日(休) 対 22年12月16日～31日生… 日 12月8日(休) 受 午後1時～1時15分 ※場所…吉良保健センター		
おめでとう相談 肉 母乳・育児相談など 持 母子健康手帳、バスタオル	対 生後4か月までのお子さん 日 12月1日(休)・15日(休) 受 午後2時～4時	対 生後4か月までのお子さん 日 12月22日(休) 受 午後1時30分～3時	対 生後4か月までのお子さん 日 12月22日(休) 受 午後1時30分～3時	対 生後4か月までのお子さん 日 12月22日(休) 受 午前9時30分～11時
赤ちゃんひろば 肉 親子遊びや育児の話、育児相談 持 母子健康手帳、バスタオル	対 生後5か月～1歳未満のお子さん 日 12月15日(休) 受 午前9時30分～11時30分	対 生後5か月～1歳未満のお子さん 日 12月22日(休) 受 午前9時30分～11時	対 生後5か月～1歳未満のお子さん 日 12月22日(休) 受 午前9時30分～11時	対 生後5か月～1歳未満のお子さん 日 12月22日(休) 受 午前9時30分～11時
健康相談 ▶ 育児相談…肉 乳幼児の発達や育児の悩み 持 母子健康手帳 ▶ 一般相談…肉 健康や栄養など全般	日 12月12日(月) 受 午後1時30分～2時30分 ※医師による健康相談は午後2時から	日 12月9日(金) 受 午前9時30分～11時	日 12月5日(月) 受 午後1時30分～2時30分	日 12月16日(金) 受 午前9時30分～11時
多胎児の会 肉 育児相談や母親同士の交流など 申 初めの方は電話で各問合先へ(地区に関係なく参加可)	●さくらんぼクラブ 対 多胎児の親子、多胎妊娠中の妊婦 日 12月20日(火) 受 午前10時～11時30分			
祖父母会 肉 孫の育児をしている祖父母の交流、孫との遊び、育児相談 申 初めの方は電話で吉良保健センターへ	対 就園前のお子さんとその祖父母 日 12月26日(月) 受 午前10時～正午 持 昼食代(400円程度) ※場所…吉良保健センター			
保健相談 肉 健康に関することの相談全般	日 月曜日～金曜日(祝日を除く) 受 午前8時30分～正午、午後4時～5時	日 月曜日～金曜日(祝日を除く) 受 午前8時30分～正午、午後4時～5時 ※場所…吉良保健センター		
母子健康手帳交付と妊婦相談 肉 母子健康手帳の交付と妊娠中の相談全般 持 妊娠届出書	日 月曜日～金曜日(祝日を除く) 受 午前8時30分～午後5時。ただし、妊婦相談は正午まで。	日 月曜日～金曜日(祝日を除く) 受 午前8時30分～午後5時。ただし、妊婦相談は正午まで。 ※場所…吉良保健センター		

市民病院だより ⑧

「摂食・嚥下障害」について

摂食・嚥下障害看護認定看護師
 畑中 英子

口からうまく食べられないことを、広い意味で「摂食・嚥下障害」と言います。



私たちは普段当たり前のように口から食べ物を食べ、飲み物を飲むことができます。それができなくなると、低栄養や脱水症状になったり、栄養不足から免疫力が低下して肺炎などの病気にかかりやすくなったりしてしまいます。医療は進み、口からできなくても栄養が取れる時代になりました。しかし、口から食べることは単に栄養を取るだけでなく、嚥んで飲み込むことで脳神経を刺激させる唯一の方法でもあります。つまり、口から食べることが、脳を活性化させることができるのです。安全にむせずに食べるため、①口の中をきれいにする ②嚥むことができる歯を維持する(入れ歯を正しく使用する) ③食べる前に口の周囲や首などの運動を行う ④大きな声で歌を歌う、などを生活に取り入れましょう。食べる喜びは元気の源。口からおいしく食べて、いつまでも元気に過ごしましょう。

問合先 市民病院看護部 (☎56・3171)

12月

子育て健康ガイド

Guia de saúde e Puericultura

問合先

◆地区の割り振り

- 西尾地区…旧西尾市にお住まいの方
- 一色地区…一色町にお住まいの方
- 吉良地区…吉良町にお住まいの方
- 幡豆地区…東幡豆町、西幡豆町、寺部町、鳥羽町にお住まいの方

西尾地区

西尾市保健センター
Nishio Hoken Center
(☎ 57-0661 FAX 54-7866)

一色・吉良・幡豆地区

吉良保健センター
Kira Hoken Center
(☎ 32-3001 FAX 32-3144)



- お住まいの地区に該当するセンターで受けてください。※一部地区を除く。
- 都合により受けられない場合は、1週間前までに各問合先に連絡してください。
- 1歳6か月児・2歳児歯科・3歳児健診の際、希望者にはフッ素塗布を実施します。
- 事前に配布した各健診問診票は記入してきてください。お持ちでない方は連絡してください。

地区名・場所	西尾地区 西尾市保健センター	一色地区 一色健康センター	吉良地区 吉良保健センター	幡豆地区 幡豆いきいきセンター
4か月児健診 Check-up para crianças com 4 meses de idade 持 母子健康手帳、受診票、バスタオル1枚、替えのおむつ	対23年8月1日～11日生…日12月2日(金) 対23年8月12日～20日生…日12月9日(金) 対23年8月21日～31日生…日12月16日(金) 受 午後1時～1時30分 ※第1子のお子さんは午後1時15分までにお越しください。	対23年8月生 日12月7日(水) 受 午後1時～1時10分 ☑離乳食教室(前期)も実施します	対23年8月生 日12月14日(水) 受 午後1時～1時10分 ☑離乳食教室(前期)も実施します	対23年7・8月生 日12月21日(水) 受 午後1時～1時10分 ☑離乳食教室(前期)も実施します
1歳6か月児健診 Check-up para crianças de 1 ano e 6 meses 持 母子健康手帳、受診票、歯ブラシ、替えのおむつ	対22年4月1日～10日生…日12月7日(水) 対22年4月11日～20日生…日12月14日(水) 対22年4月21日～30日生…日12月21日(水) 受 午後1時～2時	対22年4・5月生 日12月13日(火) 受 午後1時～1時30分	※12月は実施しません。	※12月は実施しません。
2歳児歯科健診 Exame dental para crianças de 2 anos 持 母子健康手帳、問診票、歯ブラシ、替えのおむつ	対①21年4月1日～15日生 ②21年4月16日～30日生 ③21年10月1日～15日生 ④21年10月16日～31日生 日①②12月5日(月) ③④12月19日(月) 受①③午後1時～2時 ②④午後1時30分～2時30分	対①21年4月生 ②21年10月生 日12月9日(金) 受①午後1時30分～2時 ②午後1時～1時30分	対①21年4月生 ②21年10月生 日12月26日(月) 受①午後1時30分～2時 ②午後1時～1時30分	※12月は実施しません。
3歳児健診 Check-up para crianças de 3 anos 持 母子健康手帳、受診票、目と耳のアンケート、歯ブラシ	対20年8月生 日12月6日(火)・13日(火)・20日(火) 受 午後0時50分～2時	対20年8月生 日12月20日(火) 受 午後0時50分～1時30分	対20年8月生 日12月2日(金) 受 午後0時50分～1時30分	対20年8・9月生 日12月16日(金) 受 午後0時50分～1時30分
妊産婦歯科健診 Exame dental para gestantes e pós-parturientes 持 母子健康手帳、歯ブラシ ☑マタニティ講座参加者は、午後1時15分までにお越しください	対妊婦、産婦(産後1年以内) 日12月12日(月) 受 午後1時30分～2時30分		対妊婦、産婦(産後1年以内) 日12月5日(月) 受 午後1時30分～2時30分 ※場所…吉良保健センター	



- お住まいの地区に該当するセンターで受けてください。
- 母子健康手帳を必ず持参してください。

地区名・場所	西尾地区 西尾市保健センター	一色・吉良・幡豆地区 吉良保健センター
マタニティ講座 内 講座A…妊娠中の生活・妊婦体操、講座B…妊娠中の栄養・調理実習	対妊婦 ①講座A…日12月12日(月) 受 午後1時45分～2時 ②講座B…日12月21日(水) 受 午前9時45分～10時 日①事前申し込み不要 ②教室開催日の前週の金曜日までに、電話で西尾市保健センターへ。	対妊婦 ①講座A…日12月5日(月) 受 午後1時45分～2時 ②講座B…日12月15日(水) 受 午前9時45分～10時 日①事前申し込み不要 ②教室開催日の前週の金曜日までに、電話で吉良保健センターへ。
離乳食教室 内 離乳食についての話	対生後4～5か月児の保護者…日12月7日(水) 対生後6～8か月児の保護者…日12月14日(水) 受 午前9時30分～10時 日 教室開催日の前週の金曜日までに、電話で西尾市保健センターへ。	対生後3～4か月児の保護者…4か月児健診日 対23年5月生まれのお子さんの保護者…日12月15日(水) 受 午前9時50分～10時 日 4か月児健診で申し込みください。健診日以降は電話で吉良保健センターへ。