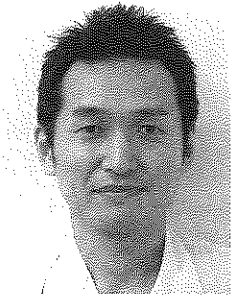


三浦市立病院

「しっかり
食べられていますか」

主任栄養士 ^{かやま} 嘉山 ^{ゆうた} 有太



現在、1歳を過ぎた娘の離乳食作りに奮闘しています。離乳食は成長に合わせて食材をミキサーにかけてペースト状にする、軟らかく煮て食べやすい大きさに刻む、飲み込みやすいようにトロミをつけるといった作業を行います。これらは病院で作っている介護食

くむせる、飲み込みづらくなったという方は、食形態を工夫する必要があるのかもしれませんが。食形態が合わない食事を続けていると、食事量が減り、必要な栄養が摂れなくなることで、体力・免疫力が低下し、さらに食事量・活動量が減るといった悪循環に陥ります。また、上手く食べられずに誤嚥(飲食物や唾液などが気管や肺に入ること)をして、肺炎を発症する場合があります。

(嘔んだり、飲み込む機能が低下した方に合わせた食事)を作る工程と似ています。

離乳食から介護食まで、人が生まれてから最期のときを迎えるまで、食は毎日関わる大切なものです。最近、むせることが増えた、食べる量が減ったなど、日々の食生活で、お困りの方はお気軽にご相談ください。

加齢や疾病によって、噛むことや飲み込む機能が低下した方には、一人一人に合わせて食事の硬さや大きさを調整する必要があります。最近、食事やお茶でよ

三浦市国保人間ドックの予約についてのお知らせです！

令和2年度三浦市国保人間ドックの予約開始日時をお知らせします。

予約開始日 4月18日(土) 9時~17時

※特定健診対象の方には4月中旬に受診券が送られます。(なごみ健診は受診券なし)

4月20日(月)以降の窓口・電話での受付時間
平日の月曜日から金曜日まで 8時30分~17時

※予約状況によりご希望に添えない場合もございますので、ご了承ください。

問合せ・申込み 市立病院医事課(☎046-882-2111 内線5122)

APRIL		4月の救急当番医院		(4月1日~5月10日分)		
診療時間 18時~21時 (月曜日~金曜日)		■変更になる場合がありますので、受診の前に必ず当番医院にお問い合わせください。 ■診療内容によって受診できない場合がありますので、必ず当番医院にお問い合わせください。 ■受診病院や診療科目がわからない場合は横須賀市三浦消防署(☎046-884-0119)にお問い合わせください。(ただし、救急出場により連絡が通じないことがあります)				
一般	月曜日	内科系	4月6日	こだまクリニック	☎046-880-0358	内科系又は外科系
			4月13日	こだまクリニック	☎046-880-0358	
			4月20日	矢島内科医院	☎046-881-2467	
			4月27日	矢島内科医院	☎046-881-2467	
	火曜日	内科系・外科系	外科系	中江整形外科	☎046-888-3555	三浦市立病院 ☎046-882-2111 月~金曜日 17時~ 翌朝8時30分 土、日曜日・祝日 8時30分~ 翌朝8時30分
			内科系・外科系	三浦診療所	☎046-889-3388	
	水曜日	内科系	内科系	田中内科医院	☎046-881-4678	
			外科系	飯島医院	☎046-881-5265	
	木曜日	内科系・外科系	塩崎産婦人科	☎046-889-1103		
	金曜日	内科系・外科系	4月3日	三浦市立病院	☎046-882-2111	
4月10日			あさい内科クリニック	☎046-888-2217		
4月17日			徳山診療所	☎046-888-5115		
4月24日			あさい内科クリニック	☎046-888-2217		
5月1日			三浦市立病院	☎046-882-2111		
5月8日			あさい内科クリニック	☎046-888-2217		
小児科	平日	20時~24時	横須賀市救急医療センター ☎046-824-3001			
	土曜日	17時~24時	※三浦市立病院では、小児救急は対応しておりません。			
	日・祝日	8時~24時	横須賀市救急医療センターをご利用ください。			
歯科	日・祝日	10時~16時	横須賀市口腔衛生センター(ウェルシティ市民プラザ2階) ☎046-823-0062 ※横須賀市歯科医師会が行う休日急患歯科診療です。			