



健康ワンポイントアドバイス

赤ちゃんの世話をする人に
知ってほしい食べ物の話

1歳になるまでの赤ちゃんは、その時期によって食べられる食品も大きく変わります。両親と一緒に赤ちゃんの世話をする家族にも、ぜひ知っておいてほしいポイントを紹介します。

ハチミツは満1歳を過ぎてから

1歳未満の赤ちゃんはハチミツを食べることで、乳児ボツリヌス症にかかることがあります。ボツリヌス菌は土の中などに広く存在する細菌で、大人の体内に入っても他の腸内細菌との競争に負けてしまうため、通常は何も起こりません。しかし腸内環境の整っていない赤ちゃんの場合は、ボツリヌス菌が腸内で増えて毒素を出すため、便秘、哺乳力の低下、筋力の低下、元気がなく泣き声が小さくなるなどの症状を引き起こすことがあります。

一般的にハチミツは包装前に加熱処理をしないため、ボツリヌス菌が混入していることがあります。ボツリヌス菌は熱に強く、通常の加熱や調理では死な



いため、1歳未満の赤ちゃんにはハチミツやハチミツ入りの飲料、菓子などの食品を食べさせないようにしてください。1歳を過ぎると、ハチミツはリスクの高い食品ではありません。

イオン飲料や果汁は必要なときだけに

体調が悪いときや脱水症の予防にベビー用イオン飲料などを飲ませる場合もありますが、続いてしまうと母乳やミルクの飲みが悪くなったり、離乳食が進まなくなったりすることがあります。日常の水分補給は母乳やミルクで十分です。湯冷ましや麦茶などでも構いません。甘くない飲み物での水分補給を習慣付けましょう。

【健康管理課管理栄養士】

旭中央病院便り vol. 58
<http://www.hospital.asahi.chiba.jp/>

岡旭中央病院 ☎63-8111・代表

第61回市民健康講座を開催します

地域の皆さんの健康増進の手助けとなるよう、健康講座を開催しています。

日時／6月10日(土) 午後2時～4時

場所／本館3階しおさいホール

内容／●講演1「緩和ケアって何? ～緩和ケアを知って、痛みのない毎を送りましょう～」(緩和ケア科主任部長：小早川晶医師) ●講演2「がんの辛さを我慢していませんか? ～外来からの緩和ケアを目指して～」(がん性疼痛認定看護師：石毛明子看護師)

病気の早期発見・治療のため
旭中央病院の検査機器を活用してください

当院では地域医療連携の取り組みの一環として、超音

波装置やCTなどの検査機器を、地域の連携医療機関(登録医)に通院している人も利用できる制度(カルナコネクト)を設けています。利用する場合は連携医療機関を通じて予約できますので、かかりつけ医に相談してください。

カルナコネクトのメリット

当院の経験豊富な専門医や技師が症状に応じた最適な検査を実施した後、結果を詳細なレポートにまとめ、登録医へ迅速に報告します。検査予約や、検査結果の報告は登録医の先生が行いますので、当院に来るのは原則検査実施日の1回で済みます。

利用できる検査

生理検査／腹部超音波検査、頸動脈超音波検査・甲状腺超音波検査・表在超音波検査、心臓超音波検査、ABI・PWV検査、ホルター心電図検査

放射線検査／CT、MRI、核医学検査、PET、マンモグラフィ、歯科CT

病院ボランティアとして活動しませんか

外来患者の受診補助、車椅子利用者の介助、観葉植物の管理などのボランティアを募集しています。