

健康のしおり

子育て今昔物語

【子どもにとって】

- 親だけでなく、多くの大人から愛情を受けることができる
- 時間をかけてじっくりと大人に向き合ってもらえる



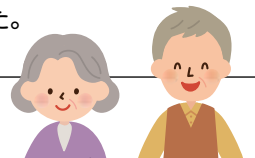
【パパ・ママにとって】

- 多くのことをしてもらわなくても、おじいちゃん・おばあちゃんがいてくれるだけで助かることがたくさんある
- 子どもを預かったり、相手をしてくれるだけでも、少しの間リフレッシュする時間ができる
- 自分の大切な親や地域の方に子どもを見せることができうれしい



など、いいことがたくさんあります。ぜひ、かまわない範囲で、おじいちゃん・おばあちゃんも子育て・孫育てに協力してあげてください。また、医学や研究の進歩、環境の変化などで、子育ての常識も変化しています。

子育ての今と昔	
高知県児童家庭課「孫となかよし」より	
昔	今
1歳までには断乳させていた。	自然と子どもから離れるまで待ってて大丈夫。 ママと赤ちゃんの気持ちを第一に考えて、自然と離乳する「卒乳」という考え方が多くなってきています。
大人が使っている箸で子どもに食べさせてあげていた。	大人との箸やスプーンなどの共有はしない。 共有した箸やスプーンなどから虫歯菌が感染すると言われています。
抱き癖がつくと言われ、子どもが泣いていてもあまり抱っこはしなかった。	抱っこは大事なスキンシップなのでたくさんするべき。 抱っこによって子どもは安心感と信頼感を形成します。
水分補給としてお風呂上りに湯冷ましを与えていた。	水分は母乳やミルクだけで十分。 母乳やミルクだけで水分やビタミンなどの栄養素は十分摂取可能とされています。
生後5か月から離乳食を開始していたし、その前に果汁を与えていた。	生後5〜6か月頃から離乳食を開始できればいい。 果汁も必要はない。離乳食開始前に果汁を与えることで母乳やミルクの摂取量減少や、ビタミン・ミネラルなどの摂取量低下が危惧されています。



【お問い合わせ先】健康福祉課 ☎22-3115

四万十ポークどんぶり街道

四万十町の米と豚肉を使用した丼を提供する『四万十ポークどんぶり街道』をご存じですか？町内飲食店16店舗の料理人たちが、腕によりをかけた豚丼は、各店ごとに違った趣向を味わえ、食べ歩いても飽きることがありません。

清流 みそカツ丼

四万十町十和地域振興局の1階に店舗を構える地元民御用達、地域密着型の喫茶店・清流。地域伝統の轟味噌を使用した「みそカツ丼」は、テーブルに届く前から芳醇な香りが鼻孔を刺激して、早く食べせると腹の虫が大合唱。ひと添えの柚子の皮が清涼で、最後まで変化を楽しみつつ味わえる一杯です。

住所

四万十町十川145-3

電話

28-5023

営業

午前8時〜午後6時
(丼の販売は午前11時から)

休日

日曜日



がん検診・特定健診・後期高齢者健診のお知らせ

月 日	事業名	場 所	時間 (受付時間)
11月	19日(月)	子宮頸がん・乳がん検診	大正北ノ川多目的集会所 9:00 ~ 9:30 昭和基幹集落センター 13:00 ~ 15:30
	20日(火)	子宮頸がん・乳がん検診	打井川地域づくりセンター 9:30 ~ 10:00 十和体育館 13:00 ~ 15:30
	29日(木)	結核・肺がん検診 (ひろい)	窪川地区巡回 午前中
12月	1日(土)	結核・肺がん・胃がん・大腸がん検診 特定健診・後期高齢者健診	四万十町役場 東庁舎 8:00 ~ 9:30 (対象者・希望者に個別通知)
	3日(月)	大腸がん検診	大正・十和地区のみ 希望者に個別通知
	4日(火)	【容器 回収 (提出)】	
2月	16日(土)	結核・肺がん・胃がん・大腸がん検診 特定健診・後期高齢者健診	四万十町役場 東庁舎 8:00 ~ 9:30 (対象者・希望者に個別通知)

【お問い合わせ先】 がん検診、特定健診、後期高齢者健診の申し込みは 健康福祉課 ☎22-3115
がん検診に関してのお問い合わせは 健康福祉課 ☎22-3115
特定健診、後期高齢者健診に関してのお問い合わせは 町民課 ☎22-3117

医

からだにいいはなし

近年、整形外科外来診療の中でエコー（超音波）画像診断装置の普及が急速に進んでいます。その背景には、これまでのエコーでは見ることができなかった運動器構成体（筋・腱・血管など）がCT、MRIを超える解像度を持つ鮮明な画像として見られるようになったことがあります。手軽かつ、簡単に高分解能の画像が得られ、動き、血流、硬さを評価できる超音波画像診断装置は、今や整形外科診療にとって欠かせないものになりつつあるのです。

「骨折がないから大丈夫！」本当にそうでしょうか？
エックス線検査に異常がなくても、靱帯断裂・軟骨損傷などが伴えば、意外に治癒は長引くものです。特に小児の足関節外傷では高率に軟骨裂離損傷が伴うという報告もあり、慎重な治療が必要です。「捻挫だから…」「打撲だから…」と、一律な治療では回復も遅れます。スポーツ外傷では、選手としての能力にも影響してきます。
当院では10年ほど前から、エックス線検査による骨硬組織の診断に加え、超音波画像による軟部組織診断の精度向上につとめています。以前のエックス線検査のみでは見逃していたかもしれない、と思わせるほど強力な診断ツールを手に入れた、というのが医師・診療放射線技師としての実感です。

四万十町国保大正診療所
石井隆之・筒井崇・大川剛史

整形領域エコー検査のはなし

17 四万十町通信—平成30年11月号

四万十町通信—平成30年11月号 16