

ニュースレター

R7年3月発行 令和6年度松戸保健所事業の報告、「ほわほわの森であそぼう」のご紹介

❀はじめに❀

少しずつ暖かくなり、春らしさを感じられる時期となりました。みなさま、いかがお過ごしでしょうか。

令和6年度は、当事者・保護者を対象として事業として、若い世代を対象とした「潰瘍性大腸炎・クローン病の食事療法」についての講演会を実施しました。

また、支援者向けの研修会を「保育園や児童発達支援等へ入園・通所を希望される方への支援」というテーマで開催し、管内の状況を共有したり、地域でどのような支援が行われているのか知る機会を持ちました。

地域資源のご紹介としては「ほわほわの森で遊ぼう」の紹介を載せています。気になる記事がありましたら、松戸保健所担当宛にご連絡ください。

◇今回の内容◇

・ 講演会報告

「潰瘍性大腸炎・クローン病の食事療法について」

・ 地域支援者研修会開催の報告

・ 松戸市「ほわほわの森であそぼう」について

こんなサービス使ってみたい！
みんなはどうしているんだろう？
地域の情報を知りたい！



千葉県マスコットキャラクター
チーバくん

療養上のご相談、ニュースレターに関するお問い合わせ
〒271-8562

千葉県松戸市小根本7 千葉県松戸保健所 地域保健課
小児慢性特定疾病児童等自立支援事業担当

電話：047-361-2138（平日：9:00～17:00）

講演会報告

「潰瘍性大腸炎・クローン病の食事療法について」

令和6年8月9日 東京医科歯科大学病院 斎藤 恵子先生を講師にお招きし講演会をオンライン&オンデマンド配信で開催しました。
今回は小児から20代までの若い世代を対象として案内いたしました。

先生からは、食品の選び方、メニューの実際を合わせて、社会に出て自分で食品を選ぶときや、会食など大人数で食事するときの対処法なども報告いただきより実践的な内容を学ぶことができました。

慢性疾患は、検査や治療を続けながら、自分なりの調子のよい状態を目指す必要があります。周りに自分のことを説明したり、自分自身の食事・生活の注意点をよく理解することが重要です。

斎藤 恵子先生の講演会資料より

患者・家族の食事の悩み

何食べてもいいよ、と言われても…

情報が多すぎて何を食べたらいいかわからない！

家族や友人から△△を勧められた

施設によって
いうことが異なる

こんなときは、是非栄養指導を！

●●はIBDに効くと聞いた

兄弟間で食事を
分けるのは難しい

お腹の張りが続いて辛い

××はIBDによくないらしい

食事療法を長続きさせるコツ

- ✓ 食事は2〜3日でバランスを取るくらいの、おらかな気持ちで
- ✓ 体調がいいときは好きなものを食べる、ご褒美の日を設けても
- ✓ がんばって療養生活を送っていることを認めて褒める
- ✓ 食事でストレスを発散しない
- ✓ おなかと相談して食事をする（習慣で食事をしない）
口や目、頭は欲しがっているかもしれないが、
お腹は迷惑しているかも…

食事の改善例

改善前	改善後の例
トンカツ	しゃぶしゃぶ キャベツの浸し
てんぷら盛り合わせ	さしみ盛り合わせ かぼちゃの煮物 茄子の田楽

令和6年度地域支援者研修会の報告

令和6年10月30日「保育園や通所施設を利用したい保護者への支援」をテーマに支援者向けのオンライン(&オンデマンド)研修会を開催しました。

- 保健所からは、昨年度実施したアンケートの結果と、今後の支援の方向性について報告しました。管内3市の保育課からは、現在の受け入れ状況や配慮していること、保育の実際などについて報告がありました。
- 一般社団法人 和音（流山市内）の木村様からは、ご自身も医療的ケア児の母として歩んできた道のりと、その後放課後等デイサービスや児童発達支援事業所などを立ち上げ、現在どのように医療的ケア児を支援しているかの実際をお話いただきました。保護者の視点に立った、きめ細かな配慮、支援をされていることが伝わってきました。
- あおぞら診療所新松戸の森泉様からは、訪問診療で関わっているお子さんたちが児童発達支援や保育園、特別支援学校へ通う際の施設側への支援を御報告いただきました。
それぞれの施設に出向き、ケアの実際や緊急時の対応を説明したり、受け入れる側の看護師等が家庭訪問に同行し、お子さんの様子、医療処置を確認されていました。

医療的ケア児を受け入れる通所先や保育園はまだまだ限られてはいますが、少しずつ広がってきているように感じています。

我々は皆様からの要望や御意見を地域の関係機関と共有しながら、より良い環境の構築につなげていきたいです。

一般社団法人 和音 木村様の報告より



あおぞら診療所新松戸 森泉様の報告より

学校・保育園でのカニューレ挿入指導の様子



子育て支援施設「ほわほわの森であそぼう」見学

令和6年11月4日 松戸市のほっとる一む東松戸で開催された「ほわほわの森であそぼう」に当所の保健師も同席させていただきました。

ほっとる一む東松戸は松戸市内の子育て支援施設です。
こちらでは月1回医療的ケアのある方等の参加できる催しを開催しています。

ほっとる一むの保育士や子育てコーディネーターに加え、看護師や地域の訪問看護の看護師、相談支援専門員も参加し、会場での催しを楽しみながら、またお子さんを安心した場所で遊ばせながら、保護者の方同士で交流したり、専門職に相談する時間を持てます。

11月はフォトスポットをテーマに、電車、クリスマス、お正月の鏡餅、パーティールーム風の装飾など可愛く飾り付けされた空間で親子で記念撮影をすることができました。

畳に寝転がって「おひるねアート」風の写真を撮れるブースもありました。

「こっちはなんだろう」「わあ！すてきね」と各スペースを巡りながら、皆さんの楽しい声が響いていました。

クリスマスツリー



パーティー
気分☆



武蔵野線
体験！



おひるね
アート



千葉県松戸保健所 地域保健課
電話 : 047-361-2138
メール : matsudoh22@mz.pref.chiba.lg.jp