

新宿ごっくんプロジェクト

食べる幸せをいつまでも

～ “口から食べること” をサポートします～



新宿ごっくんプロジェクトとは

「むせる」「飲み込みにくい」など、食べることに悩みや不安のある方に、
医師・歯科医師・看護師・言語聴覚士・歯科衛生士・管理栄養士・ケアマネジャーなど多くの
専門職が関わって支援しています。

<ごっくんチェック表>

がひとつでもあれば、摂食嚥下障害を疑って相談しましょう。

<ごっくんチェック表>

- 1年以内に肺炎と診断されたことがある
- 6か月間で2～3 kg以上の体重の減少があった
- お茶や汁物等でむせることがある
- のどに食べ物が残る感じがする
- 食べるのが遅くなった
- 半年前に比べて硬いものが食べにくい
- 口の渇きが気になる



新宿区健康部健康政策課地域医療係（在宅医療相談窓口）



住 所：新宿区新宿5-18-21

TEL：(5273) 3839

FAX：(5273) 3876

<利用の流れ>




「食事の時にむせる」など
ごっくんチェック表に
〇がついた



相談

かかりつけ医・在宅医
かかりつけ歯科医
訪問看護師
ケアマネジャー

在宅医療相談窓口
電話：(5273) 3839



耳鼻科医や病院を紹介してもらう
飲み込みの状態を専門家に診てもらう

管理栄養士

リハビリ科
医師

言語
聴覚士

歯科衛生士

歯科医師

など

食事内容や姿勢の工夫・飲み込みの仕方を教えてもらう



むせずに
食べられるようになった

