

南東北通所リハビリテーションセンター 須賀川

色鮮やかな花が美しいこの季節、あやめの花とこいのぼりの飾りを作りました。目を書いてテープやノリでバランスよく貼り、最後に記念撮影をしました。あやめの花はご利用者様から作ってくださったものを使わせていただきました。皆さん素敵な笑顔です！



ぼたん通信

6月号



南東北パワーリハビリテーションセンター 須賀川

5月は運動会の季節！！という事でパワーリハビリでも運動会を開催しました。準備運動はラジオ体操、皆さん覚えているかな～と言いつつ体が覚えていてしっかり体を動かされていました。競技は風船バレー、ぐらぐら揺れる籠での玉入れ、職員の借り物競争を行いました。僅差でピンクチームの優勝!! どちらのチームも楽しい運動会を送る事が出来ました。ご協力頂きありがとうございました。



〔令和五年六月十五日発行〕

一般財団法人 脳神経疾患研究所
 附属総合南東北病院 附属須賀川診療所
 南東北通所リハビリテーションセンター 須賀川
 南東北パワーリハビリテーションセンター 須賀川

★南東北須賀川通所コラム★



食中毒の予防について



6月になりました。温度や湿度が高くなるこの時期は、食中毒の原因となる細菌の増殖が活発になる為、食中毒が発生しやすくなります。

食中毒というと、ニュースなどから飲食店での外食をイメージされる方もいらっしゃると思いますが家庭でも多数発生しています。

今回は、食中毒の中でもこの時期に発生しやすい細菌性食中毒について、家庭での予防方法を探りあげたいと思います。

食中毒予防の三原則

細菌性食中毒は、原因となる細菌が食べ物に付着し、体内へ侵入する事によって発生します。細菌性食中毒を防ぐ為には、食べ物に「**つけない**」、ついてしまった細菌を「**増やさない**」、さらには細菌を「**やっつける**」という事が原則です。

- ① 細菌を食べ物につけない為には、洗浄が重要です。調理前、刺身やサラダなど直接口に入れる物に触る前、魚や肉・卵などを触った後等、こまめに手や調理器具をしっかりと洗いましょう。



- ② 食品についてしまった細菌を増やさない為には、生鮮食品は長時間持ち歩かない。冷蔵庫で保存すべき物はすぐに冷蔵庫に入れる、調理した物はすぐに食べる、やむを得ず保存する場合には、冷えやすい容器に移し替えて冷蔵庫にいれる等、迅速な対応が大切です。ただし、冷蔵庫保存でも細菌はゆっくりと増殖する為、庫内であっても長期保存しないようにしましょう。



- ③ 食品についてしまった細菌をやっつける為には、十分に加熱する事です。中心部を75度以上で1分以上加熱する事で、ほとんどの細菌は死滅します。調理器具を洗剤で洗った後、熱湯をかけて殺菌する事も有効です。



南東北通所リハビリテーションセンター須賀川

電話 (0248)73-3329 (直通)

南東北パワーリハビリテーションセンター須賀川

電話 (0248)73-3129 (直通)

ファックス (0248)72-9590 (共通)

営業時間 8:30~17:00

e-メール : sukagawaclinic@mt.strins.or.jp

ホームページ : <http://www.sukagawa-clinic.com/>

〒962-0032

須賀川市大袋町206-2

(一財)脳神経疾患研究所

附属 総合南東北病院 附属 須賀川診療所

電話 (0248)73-3331 (代表)

【関連事業所】

南東北須賀川居宅介護支援事業所

南東北訪問看護ステーション たんぼぼ