



第216号
 令和 4年5月1日発行
 医療法人 陽山会
 介護老人保健施設 のぞみ船小屋
 〒833-0017 福岡県筑後市大字志55番地
 TEL0942-54-2300 FAX0942-54-2320
 発行責任者 岡村 昭彦



クイズ



デイケア

4/13



廊下などに掲示した5つの問題を探し、それを解いていくウォークラリーを行いました。「問題は、どこにあつどの」といろいろな場所を探されたり、「この問題はむずかしかねえ」と隣の方と相談されたりと、思い思いのペースで楽しめました。答え合わせでは、全問正解が3名おられ、拍手喝采でした。最後には、職員による春にちなんだ曲のハンドベル演奏もあり、笑顔いっぱいひとときでした。

もうすぐ梅雨の時期です。

「食中毒」に注意しましょう!!



家庭での食中毒予防は、食品を購入してから、調理して、食べるまでの過程で、どのように細菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」を実践していくかにあります。ここでは、「下準備」「調理」の時に気を付ける具体的な方法を紹介していきます。

◎下準備

- ・調理の前に石けんで丁寧に手を洗う
- ・野菜などの食材を流水できれいに洗う(カット野菜もよく洗う)
- ・生肉や魚などの汁が、果物やサラダなど生で食べるものや調理の済んだものにかからないようにする
- ・生肉や魚、卵を触ったら手を洗う
- ・包丁やまな板は肉用、魚用、野菜用と別々にそろえて使い分けると安全
- ・冷凍食品の解凍は冷蔵庫や電子レンジを利用し、自然解凍は避ける
- ・冷凍食品は使う分だけ解凍し、冷凍や解凍を繰り返さない
- ・使用後のふきんやタオルは熱湯で煮沸した後しっかり乾燥させる
- ・使用後の調理器具は洗った後、熱湯をかけて殺菌する(特に生肉や魚を切ったまな板や包丁)。台所用殺菌剤の使用も効果的。



◎調理

- ・調理の前に手を洗う
- ・肉や魚は十分に加熱。中心部を75℃で1分以上の加熱が目安。



～ 食中毒かな?!と思ったら～

おう吐や下痢の症状は、原因物質を排除しようという体の防御反応です。医師の診断を受けずに、市販の下痢止めなどの薬をむやみに服用しないようにし、早めに医師の診断を受けましょう。

参考:政府広報オンライン資料



～ 世界の平和を願って～



これからの予定

デイ	6/21(火)	お楽しみ会
2階	6/6(月)	のぞみ祭
3階	6/6(月)	のぞみ祭
4階	6/6(月)	のぞみ祭

☆デイケア利用日、入所されている階ごとに行事の日程や内容が違います。お間違えのないようご注意ください。

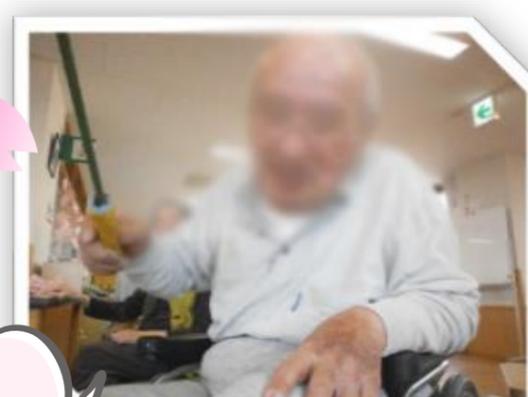


春を楽しむ

3階 4/6



外で
いただく
お茶は
格別です



釣り
上げ

春が来た春が来た
♪
のぞみにも

4階 4/12

2階 4/7

花見会



桜の花にも
負けない
すてきな



モデルさん
のように

