

楽

ふるさと

白楽荘在宅サービスセンターだより

平成27年5月25日 発行

白楽荘在宅サービスセンター

TEL 042-376-2942

<http://www.rakuyuukai.com/>

## サービスピックアップ 看護師より健康コラム

### 食中毒予防の三原則 「つけない」「増やさない」「やっつける」

梅雨の時期から夏にかけて、食中毒に注意が必要な季節です。食中毒は一年中発生していますが、暑く湿気の多い季節は、食中毒の原因となる細菌の繁殖が活動的になるため、食中毒が発生しやすくなります。



- ① 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保つ
- ② 調理の前に石けんで丁寧に手を洗う
- ③ 生肉、魚、卵を触ったら手を洗う
- ④ 生肉や魚を切ったまな板や包丁は必ず洗って熱湯消毒する
- ⑤ 肉や魚は十分に加熱。中心部分の温度が75℃で1分間が目安
- ⑥ 作った料理は長時間、室温に放置しない
- ⑦ 保存して時間が経ち過ぎたものは思い切って捨てる
- ⑧ 温め直す時は十分に加熱

1年で最も食中毒の多いこの時期、バランスのよい食事と適度な運動・休養で菌に負けない体づくりも行ってくださいね！

## 介護者教室開催のお知らせ

今回の家族介護者教室では、在宅介護の悩みである「排泄」をテーマに、福祉用具専門相談員より、福祉用具を活用した排泄介助方法について、お話していただきます。ぜひ、お気軽にご参加ください。詳細については、後日書面にてお知らせいたします。

日時 平成27年7月14日(火) 13:30から15:00まで

場所 社会福祉法人楽友会 多目的室

講師 フランスベッド株式会社 鈴木 隆彦氏

## ★デイサービス職員紹介★

新しい職員が加わりましたので、職員のご紹介をさせていただきます。



## ●橋 行雄（ドライバー）

出身地：東京都足立区

40代の頃、人生の中で社会の役に立ちたいと介護送迎の仕事に関わるようになりました。

よろしくお願いいたします。

## ●佐賀 正明（ドライバー）

出身：東京都世田谷区

3月よりドライバーとしてお世話になっております。

よろしくお願いいたします。



## ●星野 史郎（ドライバー）

出身：東京都中野区

健康第一！安全運転と笑顔で頑張っていきたいと思えます。

よろしくお願いいたします。



## 編集後記

今回の「ふるさと」はいかがでしたか？今月号で「ふるさと」も第100号となりました。これからも皆さんに楽しく読んでいただけるよう、工夫をしていきたいと思っております。

さわやかな季節となり、白楽荘周辺の木々の緑もひととき濃くなってまいりました。寒暖の差で体調を崩される方も多いためと思えます。皆さんも体調管理にはお気を付け下さい。  
(相談員 K,I)