

くにさきだより 2013 第29号

益田市立介護老人保健施設くにさき苑基本方針

1. 地域包括ケアサービス施設として、必要な医療、看護や介護、リハビリテーションを提供します。
2. リハビリテーション施設として、集中的な維持期リハビリテーションを行います。
3. 在宅復帰施設として、早期の在宅復帰に努めます。
4. 在宅生活支援施設として、家族の介護負担の軽減に努めます。
5. 地域に根ざした施設として、地域一体となったケアを積極的に担います。また、評価・情報公開を積極的に行い、サービスの向上に努めます。

発行：益田市立介護老人保健施設くにさき苑 広報委員会
〒699-3676 島根県益田市遠田町 1956-8
TEL：0856-22-1150
FAX：0856-22-1237
E-mail：kunisaki@masumi.shimane.med.or.jp
URL： <http://kunisaki.masuda-med.or.jp/>

お花見に行きました～

4月5日 久々茂の運動公園へ、花見に行きました。年々開花時期が早まっているのか、今年満開の時期を少し逃してしまいました。満開の桜が見られず残念でしたが、気持ちの良い天気のおかげで皆さん笑顔で桜を見ながら散歩しました。



春の 遠足



5月23日と24日に遠足に行ってきました。
 今年は初めてグラントワに行きました。普段は入れないステージの上と楽屋に行く通路を通り少し役者になった気分でした♪



24日は皆さん楽屋で昼食を食べました。まさしく役者たちの休憩している風景のようでした♪

栄養ニュース





くにさき苑 栄養管理室

特集！！夏の食中毒対策

食中毒予防の6つのポイント

参考：厚生労働省 食中毒に関する情報、「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」

<p>1 食品の購入</p> <ul style="list-style-type: none"> 生鮮食品は、消費期限を確認し、新鮮なものを購入する。 肉・魚は分けて包む。 できるだけ時間をかけずに持ち帰る。 	<p>2 家庭での保存</p> <ul style="list-style-type: none"> 購入したものは、すぐに冷蔵庫・冷凍庫へ！ 肉・魚は汁が漏れないように包んで保存する。 <p>冷蔵庫は10度以下、 冷凍庫は-15度以下を目安に！</p> 
<p>3 下準備</p> <ul style="list-style-type: none"> 作業前、作業中、こまめに手洗いする。手拭きは清潔なものを使用する。 生のまま食べる野菜・果物・魚介類などは流水でしっかり洗ってから調理する。 肉・魚など加熱するものは、生のまま食べるものとは離して調理する。 冷凍食品の解凍は室温ではなく冷蔵庫で行う。  <p>手指に怪我がある場合は、調理に携わらないようにするか、使い捨ての調理用手袋を利用するようにしましょう。</p> 	<p>4 調理</p> <ul style="list-style-type: none"> 加熱を十分にする。目安は中心部分の温度が75度で1分以上。 調理を一時中断する場合や、調理後すぐに食べない場合には、食品を室温に放置せず冷蔵庫へ。 使用後の調理器具やふきんはよく洗って乾燥させる。特に、肉・魚を切ったまな板・包丁は洗って熱湯をかけておくとよい。また、定期的に漂白剤などで殺菌する。 <p>中心までしっかり加熱！</p>  <p>調理器具は清潔に！</p> 
<p>5 食事</p> <ul style="list-style-type: none"> 食事の前に手洗いする。 盛り付けは清潔な食器等を使う。 料理を長時間室温に放置しない。  	<p>6 残った食品</p> <ul style="list-style-type: none"> 時間が経ち過ぎたり、ちょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる。 温めなおす時は、十分に加熱する。 手洗いした後、清潔な食器等を使って保存する。 <p>お弁当やお惣菜の残りなど、調理して時間が経ったものには十分注意して、消費期限内に食べるようにしましょう。</p> 

※ 食中毒に十分注意しても、もし腹痛や下痢、吐き気など食中毒症状があれば、すぐにかかりつけ医に相談しましょう。



芋植えをしました～

《6月13日(木)くにさき苑 裏の畑にて さくらんぼ保育園の園児さんと一緒に》

今年も、大きく
育ってくれよ



みなさん
今日は絶好のいも植え
日よいです



よいしょっと!



おじいちゃん、おばあちゃん
と一緒にいもさん植えて
楽しいな～

今年の梅雨入りは早かったものの雨不足の日が続き、農作物もやつの雨に喜んでいる事と思います。6月に植えた芋の苗もすくすくと育ってくれる様に願いつつ、秋の収穫を待ち遠しく思います。
いよいよ本格的な暑さを迎えます。食中毒、熱中症にかからないためにも、外出する時は帽子をかぶり細目に水分を取りましょう。
これからもういもき苑の情報をお伝えしてきたいと思っております。ご意見等ありましたら、お寄せください。

編集後記

行事予定

7月 七夕

8月 納涼祭

9月 敬老会

