

くにさきだより 2017 第45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/

4月の行事

「お花見」



桜は
どこに??



今年は例年と比べ開花が遅く、4/3.5 共に
見ごろとまでいきませんでした。
来年は是非満開の桜を見に行きましょう
ね！

5月の行事

遠 足



2 階は
蟠竜湖へ！



3 階はグラントワに
行き「バンクス花譜
集」をみました。
会議室をお借りして
お弁当です！



6月の行事

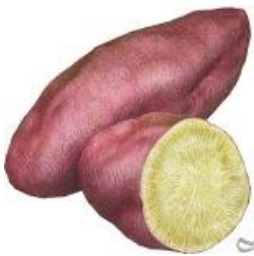
芋植え



保育園の園児さん、利用者様
みんなで苗を植えましょう！



昨年10月の芋掘りでは
大豊作となりました！
今年も皆で苗を植えて、
秋の収穫に期待します！！



車椅子を寄贈していただきました



H29.4.19、あいおいニッセイ同和損保島根支店様より車椅子を
1台寄贈していただきました。

近年、くにさき苑でも車椅子の需要は高く、大変貴重な1台となります。
本当にありがとうございました。

栄養ニュース

食中毒を防ごう

第60号 平成29年6月

益田市介護老人保健施設 くにさき苑

栄養管理室



腹痛や下痢、嘔吐などの症状が出たときに疑われるものの一つが食中毒です。

食中毒の原因には「細菌」と「ウイルス」があります。どちらも目には見えませんが、これらの食中毒を防ぐには、食中毒菌を『**つけない**』『**ふやさない**』『**やっつける**』が3原則です。

だんだん気温も上がり食中毒の起きやすい時期になりました。ポイントを習慣にして食中毒を防ぎましょう。

食中毒を防ぐ3原則

『つけない』

- ・手についた細菌やウイルスを食品につけないためこまめに手洗いを。アルコールを使うのも効果的です。
- ・肉や魚などを切ったまな板で生の野菜に菌がつかないようにきれいに洗って使用するか、加熱しないで食べるものを先に切ってしまうものの一つの方法です。
- ・肉、魚は汁がもれないように包んで保存しましょう。



『ふやさない』

- ・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しましょう。
- ・細菌は常温に置いておくと増えやすくなるため、できるだけ早く冷蔵庫で保存しましょう。なお、冷蔵庫に入れても細菌はゆっくりと増えるため、早めに食べましょう。



『やっつける』

- ・ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅するため、しっかり加熱すれば安全です。特に肉料理は中心までよく加熱しましょう。
- ・ふきんやまな板、包丁などの調理器具にも細菌やウイルスが付着するため、調理器具を洗剤でよく洗い、熱湯をかけて殺菌することをお勧めします。定期的に漂白剤などで殺菌するのも効果的です。



★ウイルスの場合はこれに加えて『**持ち込まない**』『**ひろげない**』ことも必要です。

ウイルスに感染しないよう日頃から健康状態の把握を行い、嘔吐や下痢などの症状がある場合は感染を広げないように調理を行わないようにしましょう。万が一ウイルスは台所に持ち込まれても、食品につかなければ食中毒になることはないため、こまめに手洗いや定期的な調理器具の消毒を定期的に行い、ウイルスを広げないようにしましょう。

最近話題となった『アニサキス』

アニサキスは寄生虫の一種(2~3センチ)でサバ、いわし、鮭など魚介類の内臓に寄生しており、魚介類を生で食べると胃壁や腸壁に悪さをして食中毒をおこします。予防法としては以下の3点があげられます。

①目で見て確認！

よく見てアニサキスを除去してください。



②鮮度を徹底！

新鮮な魚を選び、まるごと一匹で購入した際は速やかに内臓を取り除いてください。内臓は生で食べないでください。

③加熱・冷凍で予防！

60℃以上で1分、70℃以上で瞬時に死滅します。しっかり加熱しましょう。
また、-20℃で24時間以上冷凍すると感染性が失われます。



※食酢での処理、塩漬け、しょうゆやわさびをつけても、アニサキスは死滅しません。

くにさき苑のご紹介

第2

～ くにさき苑 2 階療養棟 ～



前号に引き続き、皆様に現在のくにさき苑はどのような事業があり、その中でどのようなサービスを提供しているのかご紹介をしたいと思います。

第2回目となる今回は、くにさき苑2階療養棟のご紹介をいたします。

2階療養棟は、要介護・要支援認定を受けた方に対して介護予防に取り組んだり、在宅復帰に向けて日常生活動作を向上していく為にリハビリを行ったり、ご家族様の介護負担の軽減を図る為の長期・短期の療養生活を提供させていただいています。

セラピストによるリハビリテーションもありますが、看介護職員でも利用者様の在宅生活の状況に合わせた生活リハビリテーションにも力を入れ、取り組んでおります。

また、本便りでもご紹介していますが、毎月様々な行事を企画し、利用者様に楽しんでいただくことはもちろんの事、アットホームな雰囲気作りにも心掛けております。

医師・看介護だけでなくセラピストや管理栄養士、ケアマネジャー等、多職種共同で、より利用者様や地域の皆様方が安心して療養していただける環境づくりを目指していきます。

行事予定

8月 納涼祭

9月 敬老会

10月 運動会

編集後記

最近では梅雨も変化して長雨ではなく、短時間集中の豪雨というイメージに変わってきました。益田でも7月4日に特別警報が出て、改めて雨の怖さを感じた方も多くいらっしゃると思います。数年前には、梅雨の後にも豪雨による被害が出ていますので、日頃から災害の備えをしておきたいと思います。

暑い季節ですので、こまめな水分補給を心がけ熱中症に気を付けましょう。

これからも「くにさき苑」の情報色々と、お伝えできればと思っております。

またご意見等ございましたらご連絡下さい。