

平成 30 年 6 月 1 日発行

# ぽっかぽか 第 19 号

## チアフル写真館

お楽しみおやつ



寿司 慰問



お花見



牡丹園 外出



### <内容>

- ・行事の写真
- ・職員紹介
- ・食中毒について
- ・編集後記

発行/社会福祉法人 敬長福社会  
 特別養護老人ホーム チアフル遠見塚  
 〒984-0823  
 仙台市若林区遠見塚 1 丁目 14-30  
 TEL 022-286-2591  
 HP 敬長福社会. JP

# 職員紹介

今年度他施設から異動してきた職員と、新人職員を紹介します。



遠見塚地区統括施設長  
阿部忠彦

このたび岩沼より異動してきた阿部です。よろしくお願ひします。



チアフル遠見塚施設長  
今野雅通

チアフル遠見塚開所時、生活相談員として勤務しておりました。その後岩沼地区の事業所を経て久しぶりに戻ってまいりました。皆様よろしくお願ひします。



副施設長  
庄司正浩

岩沼から異動して参りました。実家が遠見塚なので懐かしく思います。宜しくお願ひします。



生活相談員  
鈴木江美

4月から生活相談員として着任致しました。皆さんにご迷惑をおかけしないよう頑張ります。



介護員  
二階堂一字

4月に塩釜から仙台に引っ越ししてきました。分からない事、至らない事多くあると思いますが精一杯頑張りますのでよろしくお願ひします。



介護員  
菅原愛結

今年の4月から入りました。まだまだ分からない事も沢山ありますが少しでも早く成長できるように頑張っていきますのでどうぞよろしくお願ひします。



介護員  
三上帆乃香

この春専門学校を卒業したばかりでまだ不慣れなところがありますが利用者の方が安心して生活が送れるよう精一杯頑張りますのでよろしくお願ひします。

## ～食中毒について～

梅雨の時期、じめじめした季節から流行り始める「食中毒」は、気をつけたい問題です。



### ①食中毒の種類（大きく分けて下記の3つがあります。）

#### ●細菌性食中毒（カンピロバクター、黄色ブドウ球菌、ウェルシュ菌など）

→ 食中毒菌が食品の中に混入したことによって起こる。

#### ●ウイルス性食中毒（ノロウイルスなど）

→ ウイルスが蓄積している食品を飲食したり、人の手を介したりすることで起こる。

#### ●自然毒食中毒

→ フグや毒キノコなど、動物性・植物性の毒によって起こる。

※ちょうど6月頃から増えてくるのが「細菌性の食中毒」です。

細菌にとって、梅雨は水分が豊富で、気温が高く、活動には絶好のチャンス。

それぞれの特徴は下記の表をご覧ください。

	カンピロバクター	ブドウ球菌	ウェルシュ菌
特徴	空気にさらされると死滅するが、10℃以下では生き続ける。	熱や乾燥に強く、酸性やアルカリ性が強いところでも増殖する。	空気のないところを好む。大量の食材を調理する時に起こりがち。
原因食品	鶏肉(刺身&半生製品)、牛生レバー及び加熱不足の鶏肉など	おにぎり、弁当類、菓子類など	肉類や魚介類を使った、たんぱく食品など
主な症状	下痢、腹痛、発熱、頭痛、悪寒、おう吐など。	悪心、おう吐など。症状は通常24時間以内に改善する。	腹痛や下痢、吐き気
潜伏期間	2～5日間	0.5～6時間	6～18時間

### ②食中毒菌発育の3要素

【栄養分】…食品や残菜、有機物汚れは細菌の栄養になります。調理器具類についた食品や汚れも細菌の栄養となります。

【水分】…細菌は水分のない食品の中では増殖出来ません。

【温度】…細菌の繁殖には温度が最も大きな要素となります。35℃前後で良く増殖します。

### ③食中毒を予防するには？

- 料理に使う食材は、**低温で保管**します。
- 食品の中心部まで**しっかりと加熱**します。
- まな板、包丁、ふきん等は、**熱湯や漂白剤で殺菌**します。
- 食べ物と調理器具・容器を**分けて作業&保存**を行います。
- 調理後の料理は**早めに食べる**、または**低温で保管**します。

しっかりと予防をしてこれからの時期に備えていきましょう。

- ♪ 編集後記
- ♪ 新年度を迎え、広報誌に携わる職員も新たな顔ぶれとなりました。今回の広報誌では2月から5月までのご入居者様の施設での日々の生活の様子や新職員の紹介をしました。又、ジメジメとした梅雨の季節が間もなくやって来きますので、食中毒についての情報を掲載しました。今後も広報誌上で写真を使いながら取り組んでいる事を少しでもお伝えできればと思っております。

広報委員 小野隆晴、高橋幸巳、佐々木力、後藤勇人、鈴木江美