

あゆみ

J C H O
二本松病院

二本松市成田町1-553
TEL.0243-23-1231
FAX.0243-23-5086
<http://nihonmatsu.jcho.go.jp>
発行者:あゆみ編集委員会

栄養科だより

夏に向けて食中毒に注意

夏になると、心配なのは『食中毒』ではないでしょうか？
食中毒とは食べ物や飲み物が原因で、
嘔吐、腹痛、下痢などを起こすことをいいます。



食中毒は、原因となる食べ物や飲み物が腐敗とは違い、味も臭いも変化がなく、気づきにくいのが特徴です。食中毒の原因には、細菌やウイルスなどの微生物や寄生虫、毒キノコ等の自然毒、ヒスタミンなどの化学物質等さまざまなものがあります。

夏場の食中毒で特に注意しなければならないのは、細菌による食中毒です。これは原因となる細菌が高温・多湿の夏季に食品中で増殖しやすいからです。細菌の好物は増殖に都合のよい温度・栄養・時間です。従って、この条件をなくせば菌は増えることはありません。しかし、通常の調理の温度で細菌をゼロにすること

はできません。そのため、保存の状態が適切でないと、食品に残っている菌が増殖して食中毒を起こしてしまいます。

食中毒を起こさないためには、食品に食中毒菌を『**つけない**』(手洗いの励行)、食品中で菌を『**増やさない**』(低温で保存する)、食中毒の菌を『**やっつける**』(75℃で1分以上加熱する)の食中毒予防3原則を守ることです。

食中毒は正しい知識を持つことで、予防することができます。そして、食中毒に負けない体をつくり、暑い夏をのりきりましょう!

栄養科 佐藤 佳織

食中毒予防の3原則

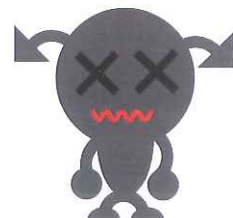
つけない



増やさない



やっつける



ペン型インスリン製剤の不具合の原因とは？ & 睡眠剤で依存性に？

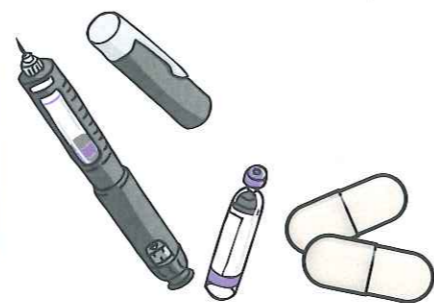
薬剤科では職員を対象に、5月19日講演会を開催しました。

今回は、「ペン型インスリン製剤の不具合の原因を中心に管理の方法」と「睡眠剤などによる依存性について」の2題の講演をおこないました。

ペン型インスリン製剤については、「ダイアルが動かなくなってしまう事例があり、調査の結果、ダイアルの溝に粉末が入ってしまったことが原因だった」ことや、「2種類のインスリンが入った製剤の使用方法」などペン型インスリン製剤の注意事項に関する内容です。

睡眠剤などによる依存性は、3月21日に厚生労働省より、睡眠剤や抗不安薬などに使用されている薬剤で通常の量を服用していても、薬剤依存性になることがあるとして、医療現場に注意喚起するために44成分の薬剤について添付文書改訂が指示されました。今回は特に睡眠薬などの中止の方法を周知しました。睡眠薬などを中止したい方は急に中止せず、病院にご相談くださいますようお願いいたします。

薬剤科長 安齋 千春



〜看護の心をみんなの心に〜

毎年、5月12日は「看護の日(近代看護を築いたナイチンゲールの誕生日)」です。そして、12日を含む週の日曜日～土曜日までが「看護週間」です。

今年も、地域の皆様に、気軽に看護にふれて頂けるよう、イベントを開催いたしました。

5月8日～12日までは、病院玄関ホールに掲示・展示物を置き、日頃の看護活動の様子を見て頂きました。「看護師の24時」「産後ケア」「訪問看護」「腎センター」などの出展のみならず、栄養管理室、理学療法室、訪問リハビリ、地域包括支援センターからも協力を頂き、様々な活動を知って頂く機会ともなりました。

外来ホールでは、待ち時間を利用してアロマ手浴を行いました。マッサージをしながら会話も弾み、患者さんは笑顔になって戻っていかれました。

5月12日午前中は、スーパーベシア安達店の一角で、血圧・血糖・体脂肪・動脈硬化測定と医療スタッフによる各種相談(医療・介護・栄養・理学・リハビリ)を実施してきました。地域住民の皆様とふれあい健康や予防についての関心を高めて頂きながら、意見を伺いとても貴重な時間となりました。

お忙しい中、立ち寄って下さった方々、会場を提供して下さいましたベシア安達店の皆様に感謝いたします。

看護師長 齋藤 美智子



TOPICS/リハビリ実習生受け入れ

4月3日から5月19日までの7週間、目白大学保健医療学部理学療法学科の4年生が、当院で「総合実習」を行いました。

理学療法士や作業療法士になるためには、高校卒業後、専門学校や大学で専門教育を受け、国家試験に合格しなければなりません。専門教育の中には、病院や施設での実習も義務付けられています。学生にとって、実習が一番難しいカリキュラムで、私も学生時代には苦労しました。

今回の実習では、実際に患者様への治療(リハビリ)までさせていただきました。社会経験のない学生さんが、見知らぬ土地で、自分より年上の患者様

のリハビリを行う事は、とても大変だったと思います。幸い、患者様のご協力のもと、無事実習を終える事ができました。

今後も、地域の役に立てる理学療法士や作業療法士を社会に送り出せるよう、実習生を受け入れてまいりますので、ご理解・ご協力をお願い致します。

主任理学療法士
本 譲





「新緑の安達ヶ原ふるさと村」見学

今年も、利用者の皆さまに「生活にうるおいと、季節を感じていただく」ために5月のドライブを実施いたしました。

5月13日(2階フロア利用者様)と5月16日(3階フロア利用者様)に実施しました。施設周辺も新緑のまぶしさを感じられ、春から初夏へと変わる季節感を肌で感じてもらおうと安達ヶ原のふるさと村に行ってきました。一日目は、雲が多くどんよりとして少し肌寒く感じましたが、施設については利用者さんの日頃の行いが良いのか、天候が回復し晴れの良い日となりました。二日目は、前日に降った雨が花びらにしみている感じが、普段とは違った趣が感じられました。車窓からは遠くに残雪の残るあだたら山、近くに水仙やチューリップ、芝桜の花が見え眺めが良く、会話はずみあつと言う間に目的地に到着しました。

ふるさと村に初めて来る方も多く、その施設の庭園の優雅さや広さにびっくりしたり、感激したりしていました。また、明治時代の古民家を見学した際には、昔を思い出し、色々な体験談を話して下さった

り、古い道具を見て私たち職員に、使い方を熱心に説明して下さいました。普段は見られない、生き生きとした笑顔が印象的でした。帰りはお城山の裏側を通り遠くに残雪残る安達太良山を見ることができました。

施設に着くなり、皆さまに「良かった」「良かった」「また行きたい」と言っていただきました。

ご利用いただく皆様に笑顔になっていただくために、これからもいろいろな行事を行って参ります。

附属老健
サービス向上委員会 安田 忠浩



編集
後記

現代は季節を問わずいつの時期でも美味しい食べ物や、気候にとらわれず洋服でお洒落を楽しんでいますが、学生さんは今月夏用の制服に衣替えとなり私たちはここで季節を感じます。皆さんも季節を感じる探し物を見つけに出掛けてみてはいかがでしょうか。

Y・M記

