

# まるめろ9月号

介護支援センターあけぼの会  
弥生苑デイサービス№245  
2020年9月1日発行

## LINE公式アカウントのお知らせ

当法人では、「特別養護老人ホーム弥生苑」並びに「スマイルハーモニー弥栄」として、LINE公式アカウントを作成しました。

職員への緊急連絡、お客様やご家族、地域、学生、求職者等に幅広く、情報の発信等に活用していきます。

特別養護老人ホーム  
弥生苑



スマイルハーモニー  
弥栄



## 9月の単発アクティビティ

- 7日(月) 季節の折り紙教室
- 10日(木) 秋のちぎり絵アート
- 15日(火) ふくろうのリースの作り(2週連続企画①)
- 21日(月) 《敬老会》七宝焼き
- 22日(火) 《敬老会》ふくろうのリース(2週連続企画②)
- 23日(水) 《敬老会》コスモスのコサージュ
- 24日(木) 《敬老会》ほおずきのつまみ細工
- 25日(金) 《敬老会》糸掛けアート
- 26日(土) 《敬老会》招き猫の置き物
- 9月最後の週間 工作付き有料カレンダー(10月)



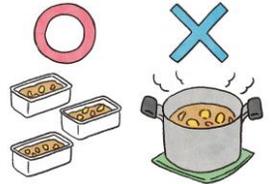
食中毒に注意しましょう！

夏は食中毒の発生しやすい季節です！食中毒は、一年を通して発生していますが、気温・温度が高くなる夏季は特に注意が必要です。食中毒予防の為に、食品衛生に関する正しい知識を身につけましょう！

《特に注意したい細菌と食材》「加熱しても死なない」「冷蔵庫でも増える」細菌

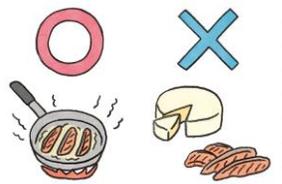
①**カンピロバクター**は乾燥に弱く、75℃で1分以上加熱処理すれば死滅するため、食材の中心部までしっかり火を通してから食べることが大切です。

②**ウェルシュ菌・セレウス菌**には、加熱処理しても死滅しない細菌もいます。60℃以上の環境下では増殖できませんが、芽胞と呼ばれる硬い殻に閉じこもって休眠し、生き延びています。100℃の高温で加熱調理しても、芽胞で守られているため菌は死滅しません。



ウェルシュ菌はカレーなどの煮込み料理、セレウス菌はチャーハンやパスタなどの米・小麦料理で注意が必要です。料理を鍋に入れたまま放置しないようにしましょう。作り置きしたいときには、小分けにして冷蔵庫に入れるなど、できるだけ速やかに冷やすようにすると、菌の繁殖を防ぐことができます。

③**リステリア菌**には、冷蔵庫に入れても増える菌があります。加熱せずにそのまま食べる食品には注意が必要です。加熱すれば死滅するため、十分に加熱してから食べることでリステリア菌による食中毒を防げます。



### 食中毒予防の三大原則「つけない・増やさない・やっつける」

#### ●つけない！

- ・手を洗う
- ・食品は密閉して保管する
- ・まな板の取り扱いに注意する
- ・生肉をつかむ箸は別にする

●ふやさない！→冷蔵庫、もしくは冷凍庫に保存する

●やっつける！→中までしっかり火を通す



#### ！こんな症状にご注意！

下痢、嘔吐を繰り返し脱水症状になると、最悪の場合、命に係わる危険もあるので、特に高齢者、小児は注意が必要です。

安易に吐き止めや下痢止めの薬を服用すると、腸内の菌が排出されずに毒素が増殖し続けてしまい重症化するケースがあります。