



# かけはし

## 食中毒に気を付けよう！！

暑い季節がやってくると増えてくるのが食中毒です。食中毒の原因には細菌やウイルス、寄生虫などがあり、皆さんの身近なところにも潜んでいます。

今回は家庭でできる食中毒の予防のポイントについて説明します。

### ①食品の購入

- ・ 期限表示をチェック
- ・ 買い物後はまっすぐ帰宅する（特に夏場）
- ・ 氷や保冷バックを活用する



### ②家庭での保存

- ・ 食材はすぐに冷蔵庫へ入れる
- ・ 冷蔵庫には食品を入れすぎない



### ③下準備

- ・ 作業前には手を洗う
- ・ 肉・魚を切った後器具と手を良く洗う
- ・ 生で食べる食材は肉や魚から離す



### ④調理

- ・ 作業前には手を洗う
- ・ 十分に加熱を行う
- ・ 調理を中断するときは冷蔵庫へ



### ⑤食事

- ・ 食事の前に手を洗う
- ・ 盛り付けは清潔な器具や食器を使う
- ・ 料理は長時間室温に放置しない



### ⑥残った食品

- ・ 常温で放置しない
- ・ 小分けにして保存する
- ・ 時間が経ち過ぎた物は思い切って処分する



参考：家庭でできる食中毒予防の6つのポイント(厚労省)

食中毒予防の3原則は、食中毒菌を  
「つけない」・「増やさない」・「やっつける」  
食中毒を防いで、楽しい夏を過ごしましょう！

## ～ 看護部からのお

南会津病院では、地域の皆様の健康づくりや在宅療養のお手伝いできればと考えています。そこで、下記日程で健康教室や研修会を予定しております。お気軽にご参加ください。

### 健康教室 開催

認定看護師による健康教室を毎月異なったテーマで開催します。参加費は無料、予約も必要ありません。

日時：毎月第4金曜日 午前11時より15分～30分程度

場所：南会津病院正面玄関ロビー

参加費：無料

テーマ予定

第1回 8月24日  
「タバコについて」

第2回 9月28日  
「インフルエンザ」

第3回 10月26日  
「床ずれ予防と治療」

第4回 11月16日（第3金曜日）  
「認知症予防について」

### 在宅医療における勉強会のご案内

「おむつマスターになろう！」



日時：10月12日（金）

17:30～受付 開始18:00～19:00

会場：県立南会津病院 2階 新会議室

参加費：無料

対象：在宅療養に関わるすべての方

「正しいおむつの選択と装着方法」

講師：坂内 良平（白十字株式会社）

お問い合わせ・お申込み

県立南会津病院 看護部長 梅宮照子

TEL：0241-62-7111

FAX：0241-62-0200

### こんにちは 訪問看護です！

ご自宅での療養に不安のある方、ご相談ください。

お薬の管理、在宅酸素の管理、床ずれの処置、人工肛門の管理、認知症ケア、リハビリ、自宅で最期まで過ごしたいなど

訪問看護師や理学療法士がご自宅へ訪問して、状態の観察や処置、リハビリ、介護の相談や支援を行い、

ご自宅での生活をサポートします！



お気軽にご相談ください！

みなみあいづ訪問看護ステーション

TEL：0241-62-7235