

千代田病院 家族だより

KIS

(ケイ・アイ・エス)
Keep It Simple

No.166 2009年 7月号

“KIS(= keep it simple)”とは・・・

人生を、現況を、物事すべてを複雑に考えるのではなく、単純に、簡単に考えて実行しようという意味です。

編集・発行元

医療法人社団 せがわ会

千代田病院 家族だよりKIS編集室

〒731-1535 広島県山県郡北広島町今田3860

TEL: 0826-72-6511 FAX: 0826-72-6541

URL: <http://www.chiyoda-hospital.or.jp>

E-mail: segawa@chiyoda-hospital.or.jp



6月の行事報告

いも植え



6月8日(火)・9日(水)に千代田病院中庭“みのり農園”で毎年恒例のさつまいもの苗植えをしました。

病棟の患者さん、デイケアの利用者さんなど大勢の方が参加しました。

皆さん久々の畑作業に関わらず、手慣れた手つきで作業をされていました。

患者さんの中には家で畑仕事をされていた方も多く、私たちスタッフに作業のコツを教えて下さる方もおられました。

この日の天気は晴れで日差しがかなりきつく感じられましたが、皆さんのお陰で早く作業が終わることができました。秋の収穫で今年はどうなさつまいもが取れるか楽しみです！！

慰問

6月17日(水)に千代田病院新館2階ホールで慰問が行われました。

最初に演奏を披露して下さったのは、毎年この時期に慰問にきて下さる中野社中の方々です。琴と尺八を使い、“さくらさくら”“夏の曲のメドレー”を演奏して下さいました。古典的な雰囲気演奏に皆さん感激されていました。

また、寺西敏昭様、井場あき子様から教わりながら歌に合わせて身体を動かす体操をしました。

寺西敏昭様はNHK合唱団で歌の指導を長年されていたそうです。“夕やけこやけ”“北国の春”など寺西さんの手の動きに合わせてながら、歌を皆さんで歌いました。

暑い中に行われた慰問ですが、各病棟、デイケアより多くの方が集まり、大盛況の慰問となりました。

中野社中の皆様、寺西敏昭様、井場あき子様ありがとうございました。



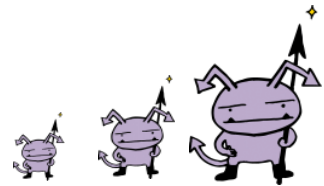
目次

6月の行事報告	1
栄養給食課より食中毒を予防しよう！	2
職員ペンリレー	3
ご家族の皆様へ/月間予定	4



栄養給食課より

食中毒を予防しよう！！



家庭でできる 食中毒予防の6つのポイント

point 1
食品の購入

消費期限などの表示をチェック!
肉・魚はそれぞれ分けて包む
寄り道しないでまっすぐ帰ろう

point 2
家庭での保存

帰ったらすぐ冷蔵庫へ!
入れるのは7割程度に
冷蔵庫は10℃以下に維持
冷凍庫は-15℃以下に維持
肉・魚は汁がもれないように包んで保存

point 3
下準備

冷蔵食品の解凍は冷蔵庫で
タオルやふきんは清潔なものに交換
ゴミはこまめに捨てる
こまめに手を洗う
生肉・魚を切ったら洗って熱湯をかけておく
井戸水を使っていたら水質に注意
生肉・魚は生で食べるものから離す
野菜もよく洗う
包丁などの器具、ふきんは洗って消毒

point 4
調理

加熱は十分に(めやすは中心部分の温度が75℃で1分以上)
台所は清潔に
作業前に手を洗う
調理を途中で止めたら食品は冷蔵庫へ
電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする

point 5
食事

食事の前に手を洗う
盛り付けは清潔な器具、食器を使う
長時間室温に放置しない

point 6
残った食品

時間が経ち過ぎたりちよつとも怪しいと思ったら、思い切って捨てる
作業前に手を洗う
手洗い後、清潔な器具、容器で保存
温めなおすときは十分に加熱する(めやすは75℃以上)
早く冷えるように小分けする

食中毒の3原則

食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」

厚生労働省

こんにちは！！

私たち栄養給食課は、春から2人の新人を迎え、14人のメンバーで気持ちを新たに頑張っています。

四季折々の献立で、患者さんに季節を感じていただきたいと思い、旬の素材や行事食の提供を心がけています。

さて、梅雨も半ばになり、もうすぐ本格的な夏の到来ですね。365日休むことなく動いている厨房の最も緊張する時期…になりました。

食中毒と聞くと、飲食店や旅館での食事が原因と思われがちですが、厚生労働省に報告のあった食中毒のうち「家庭の食事」が原因のものが全体の20%近くを占めています。

症状が軽い場合など、食中毒と気づかれていないものもあり、その数は実際にはもっと多いと思われます。

このように、一見安全そうに見える家庭の食事でも食中毒の発生する危険性は潜んでいます。

そこで、今回は家庭でできる食中毒予防を紹介します。

今年も猛暑になると言われています。

暑いからと言って冷たいものばかり摂るのではなく、バランスのよい食事と常温での水分補給を心がけ、夏バテも食中毒も乗り切りましょう！！

厚生労働省ホームページより引用 www.mhlw.go.jp/topics/syokuchu

私の思い出

このテーマをもらって私の思い出をさかのぼってみました。
そしてやっぱり心に残るのは、子供を産んだ時でした。

一人目の男の子は早産しかけたため、3ヶ月入院しちょっと小さめで産まれました。

二人目の男の子は先に破水したため、陣痛促進剤を飲みました。

そうしたら一気に陣痛の最高値に達してしんどかったです。おまけに大きめだったので尚更です。

三人目の女の子が一番普通でした。徐々に陣痛が大きくなり、病院に行って破水し2時間かからずに産まれました。

でも、ずっと男の子が産まれると思っていたので女の子って聞いた時にはすごくうれしかったです。

こうして産まれた3人の子供たちもそれぞれ高校、中学、小学生となり、自分一人で大きくなったかのように生意気を言っています。

これからも、心に残る思い出をもっともっとたくさんつくっていきたいです。

医事課 IM

まだ思い出作りの真っ最中

ついに、この時がきてしまった…。

原稿の依頼が私の番になってしまい、しかも、お題が「心に残る思い出」。

何かあるかなあ…。と考えましたが、これといって浮かんでくる気配すらない…。

「ダメだ…。何もかけない。」

と途方に暮れていた時、1才4ヶ月になる息子が

「タァタン」とニヘラーと笑いながらやって来ました。

「この子も大きくなったなあ…。」と

ふっと生まれてからのアルバムを見返してみると、私の心に残る思い出は

チビと一緒にいる時間なのかなあと感じました。

毎日、仕事、家事、育児に追われているとあまり感じてはいなかった事ですが、

やはり私にとってはチビの存在が大きいのだなあとあらためて実感しました。

これからも、チビと一緒にいろいろな思い出を作っていきたいです。

看護職員I.Y

様の近況

2009年 7月 日 職種 氏名

ご家族の皆様へ

私物の持ち込み、差し入れについて

衣類や食べ物等を持ち込まれる際には安全・衛生管理面や食事制限などの問題がありますので、必ずスタッフに一声お掛け下さいませようお願い致します。

保険証は毎月ご提示下さい

毎月、保険証（健康保険証・後期高齢者受給者証・各種減額認定証等）を確認させていただいております。

変更がない場合も確認させていただいておりますので、お手数ですが月に一度、受付までご提出をお願いします。

ふれあい夏祭りについて

7月18日（土）14:00～千代田病院新館ホール2階にて開催予定です。
患者様の浴衣をお持ちのご家族様がいらっしゃいましたら、ご持参して頂ければと思います。
たくさんのご来場お待ちしております。



月間予定

※その日の主たるプログラムを記載しています。時間帯は病棟によって異なります。
※①…1病棟 ②…2病棟 ③…3病棟

日	月	火	水	木	金	土
7/12	13 レク ホール活動 病棟作業	14 カラオケ ホール活動 レク	15 ウォーキング 川柳 レク	16 体操 ホール活動 病棟作業	17 おしゃれクラブ カラオケ レク	18 夏祭り
19	20 海の日	21 カラオケ ホール活動 レク	22 法話	23 体操 ホール活動 病棟作業	24 おしゃれクラブ カラオケ レク	25 体操 ビンゴゲーム カラオケ
26	27 レク ホール活動 病棟作業	28 カラオケ ホール活動 レク	29 ウォーキング 風船ボール レク	30 体操 ホール活動 病棟作業	31 誕生日会 カラオケ 誕生日会	8/1 体操 レク カラオケ
2	3 レク ホール活動 病棟作業	4 カラオケ ホール活動 レク	5 ウォーキング レク レク	6 体操 ホール活動 病棟作業	7 おしゃれクラブ カラオケ レク	8 体操 レク カラオケ
9	10 レク ホール活動 病棟作業	11 カラオケ ホール活動 レク	12 ウォーキング レク レク	13 体操 ホール活動 病棟作業	14 おしゃれクラブ カラオケ レク	15 体操 レク カラオケ

休日相談担当予定表

【7月】

12日 田辺
19日 向井
20日 金子
26日 小田

【8月】

2日 立川
9日 面田

※地域支援センター（デイケア棟）にソーシャルワーカーがおりますので、お気軽にご相談下さい。

編集後記

7月になり、毎日暑い日が続きます。
さて、毎年この時期千代田病院では、院内一斉掃除のため、院内のバルサン消毒をします。今年も7月6日～8日の3日間病棟内の掃除を行います。バルサンをするため、病棟内の患者さんも大移動です。
バルサンをしたあとは、職員全員でぞうきんで隅々まで拭きます。毎日掃除はしていますがやはりいつも手の届かない所にはほこりがたくさん溜まっているものですね。
また1年気持ちよく過ごせるように、大切に使いていきたいと思っております。

編集者O