

# こ ん に ち は



平成21年 第6号

意味のない出会いなんてないと思う。すべての出会いは必然なのだ。

## 豆知識

そろそろ暑くなってきましたね・・・暑くなるとよくテレビから聞こえてくる『食中毒』について知っておきましょう

食中毒のほとんどは細菌が原因です。食中毒の原因となる細菌は生活環境のあらゆるところに存在します。食品が腐って食べられなくなるのとは違い、食中毒の原因となる細菌が付着し、増えていても、食品の臭いや色が変化することはありません。このため私達は、食品が汚染されていてもつい知らずに食べてしまい、食中毒を起こすのです。

### 食中毒を予防する為の6つのポイント！

- 食品の購入 新鮮なもの、賞味期限を確認し購入する
- 家庭での保存 持ち帰ったらすぐに冷蔵庫、冷凍庫で保存する
- 下準備 手を洗う、きれいな調理器具を使用する
- 調理 手を洗う、十分に加熱する
- 食事 手を洗う、室温に長く放置しない
- 残った食品 きれいな器具用具で保存する、再加熱する



大腸菌やサルモネラ、腸炎ビブリオなどによる細菌性食中毒の予防には、75℃、1分以上  
ノロウイルスによる食中毒の予防には、85℃、1分以上の加熱をしてください！！

### 『ただただ感謝です』

2月に入籍した事を、この場を借りてご報告させていただきます。関わりあった利用者様方には本当に、感謝しております。頼りない私を見守ってくれ、信頼し、たくさんの事を教えていただきました。

ここでの4年弱での経験を活かして新たな生活で頑張りたいと思います。

看護師 中村(長谷川)仁美

### 花言葉 ~紫陽花(あじさい)~

今月ご紹介する花は紫陽花(あじさい)です。

鎌倉の明月院でおなじみの花です。あじさいは「あづ(集)」と「さあい(真藍)」、つまり青い花が集まって咲くことから名づけられたといわれています。

でも、色がついているのは額で、花はその中の小さな点のような部分だそうです。実はとっても地味な花なんですね。

額の色はいくつかありますが、土が酸性だと青、アルカリ性だと赤になります。

花言葉は「辛抱強い愛情」「元気な女性」。なんだか介護にぴったりの花言葉ですね



## ～ 最近の勉強会 ～

- \* **呼吸器勉強会** (4月11・17日 北里大学東病院臨床工学士 瓜生伸一先生)  
人工呼吸器の種類から、基本の保守点検など管理方法について、基礎から勉強しました。また、在宅用に小型器の紹介もありました。最近は小型・軽量化が進み、4.5kgの製品もあるそうです。内部バッテリーが240～600分持つものもあるとのこと。災害時の対応を考える良い機会になりました。  
今回の研修を踏まえて、呼吸器を利用されているかたについては、訪問時点検するためのチェックリストを作成するつもりです。
- \* **ICFの基本的理解と活用について** (4月18日 六浦地域包括支援センター 中村匡宏広先生)  
ICF(国際生活機能分類)とは2001年からWHO(世界保健機構)がより新しくした障害分類です。従来のマイナス面よりもプラス面を重視する用語・考え方になっていること、環境面の影響も含めて生活機能を見ようとするところに特徴があります。いつも利用者様の「できるところ」プラス面を意識してお話することで、利用者様のやる気を応援したり、実際の生活に役立てていければ・・・と思っています。
- \* **認知症の精神症状・問題行動への対応と治療** (4月24日 ワイ横浜クリニック 玉城嘉和先生)  
認知症の方は、一見「あれ?」と思われる行動にもだいたい理由があります。介護する側は、「あるがままを受け入れる」「批判をしない」「包容と安心に努める」など、ご本人様の立場に立った対応が大切だと言われています。といってもご家族にしてみれば毎日のこと。大変なことです。医師や看護師、介護士とも相談しながら、デイサービスや時にはショートステイなども活用して、ご家族が気持ちに余裕をもって介護できるよう支援できれば・・・と思います。

### 編集後記

日差しが強くなって、車で移動中の紫外線が気になる季節になってきました。まあ仕方ないかとあきらめ半分、ちょっとでも対策を～の気持ち半分。微妙な年頃です・・・ (内海)

### 【目安箱】

 ご意見、ご要望などは、いつでもご遠慮なく、ご連絡いただけますようお願い申し上げます。  
910-6327 主任管理者 吉井

都筑医療センター訪問看護ステーション	TEL 045-913-5181
都筑ヘルパーステーション	TEL 045-913-3577
都筑区医師会居宅支援センター	TEL 045-910-6327
都筑区医師会第二居宅支援センター	TEL 045-911-6100
都筑医療センター介護福祉用具センター	TEL 045-911-6100
看護・介護・福祉用具 FAX	045-911-6700
居宅 FAX	045-910-6506

☆☆パソコンから医療センターの活動内容を見ることが出来ます。ぜひご覧下さい☆☆

<http://www.yokohama.kanagawa.med.or.jp/ward/tsuzuki/>

『ヨコハマつづき健康生活ナビ』の『在宅医療と介護』からお入りください。