

# こあじさし便り



三愛園在宅介護支援センター  
平成29年6月号  
0985-23-5283

あじさいが咲く季節になりました。ここ三愛園では皆様の介護相談や暮らしのご相談を承っております。さて、お待ちかねの「こあじさし通信」復活です。少しでも地域の皆様の声をお聴きしたいと始めたこの通信ですが、しばらく中断しておりました。この度、また皆様にお届けすることが出来ました。

では**心機一転、仕切り直し**と言う事で改めて「こあじさし」の紹介から始めたいと思います。

## こあじさし

とは？



コアジサシは現在宮崎県では準絶滅危惧に指定されていますが、ここ檇地区ではおなじみの鳥で、檇地区のシンボルのような鳥でもあります。

檇地区では熱心な地域の力により保護活動が行われております。この貴重な生命をこれからも檇の力で守っていかると良いですね。

そして、私たちも檇地区の皆様と共にありたいという気持ちからこの名を頂きました。

## 職員紹介



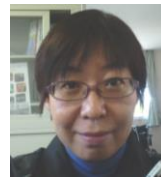
三愛園の敷地内にある「**三愛園在宅介護支援センター**」を住処としています。私たちは在宅訪問で不在の時もありますが、いつでもお気軽にお立ち寄り下さい。わたくしたちは皆様の生活習慣や地域性を踏まえて介護支援を心がけております。



坂本（さかもと）



新見（しんみ）



飛土（ひづち）

次（裏面）へ進む⇒

# 食中毒に注意



## 夏の食中毒に

### 梅雨から夏に増える食中毒

最近寄生虫アニサキスによる食中毒が話題になっていましたが、食中毒の原因には他にも細菌やウイルスがあります。梅雨時から9月頃までは高温多湿な状態が続き、細菌がもたらす食中毒が多く発生します。

細菌による食中毒の代表格は、近年、発生件数や重症例が多いことで知られる

「カンピロバクター」や「腸管出血性大腸菌（O157 など）」によるものです。

食中毒を招く細菌が増殖しても、食べ物の見た目や味は変わらず、匂いもしません。

そのため、食事の準備をするときには、細菌を「つけない」「増やさない」、加熱等で

「やっつける」を心がけ、食中毒を防ぎましょう。

### 食中毒予防の3原則！



- 食中毒の原因となる細菌やウイルスをつけないよう清潔を心がけましょう。
- 食品についた細菌やウイルスが増えないよう、迅速な調理・提供と冷却を心がけましょう。
- 食品は中心部が75℃で1分以上加熱して、細菌やウイルスなどをやっつけることをこころがけましょう。

※ノロウイルス汚染の恐れがある場合は、85～90℃で90秒以上加熱する。



三愛園 在宅介護支援センター

TEL 0985-23-5283

場所:宮崎市新別府町前浜 1401 番地 271

(一ッ葉稲荷神社の南側)

坂本・新見・飛土が承ります。