

じょいんと通信 8月

第173号・湘南鎌倉人工関節センター・2020年8月

全国各地で大雨被害をもたらせた梅雨もやっと明け、いよいよ夏本番となってきました。これから暑い日々が続くことが予想されます。そこで気を付けたいのが、食中毒です。食中毒は毎日食べている家庭の食事でも発生しています。家庭での食事作りでの食中毒予防のポイントをチェックしてみましょう♪

●食中毒予防3原則 「付けない! 増やさない! やっつける!」 ●

point 1
食品の購入

寄り道しないでまっすぐ帰ろう

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

できれば保冷剤(氷)などと一緒に

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

肉・魚は汁がもれないように包んで保存

冷蔵庫は10℃以下に維持

冷凍庫は-15℃以下に維持

停電中に庫内温度に影響を与える扉の開閉は控えましょう

point 3
下準備

冷凍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

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

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

電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする

調理を途中で止めたら食品は冷蔵庫へ

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ょっとでも怪しいと思ったら、思い切って捨てる

手洗い後、清潔な器具、容器で保存

作業前に手を洗う

早く冷えるように小分けする

温めなおすときは十分に加熱する(めやすは75℃以上)

参照元：厚生労働省HP

消防訓練を行いました

7月2日(木)当センターにて、職員による消防訓練を行いました。4階の病室から出火したことを想定し、職員が患者様役を行い、避難経路への誘導や水消火器の体験などを行いました。火災はいつどこで発生するかわかりません。いざという時のため、迅速に対応できるよう、準備していきたいと思っております。



次回の公開医学講座のお知らせ

コロナウイルス感染症拡大防止の為、医学講座の開催を中止しておりましたが、7月より定員数をおさえながら徐々に再開する運びとなりました。当日は患者対象ご本人のみ、送迎はなしなど安全に受講していただくため制限が生じますが、ご理解ご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

日時: 2020年8月20日(木) 15:00~
場所: 当院3F
ラーニングセンター
(施設見学は中止となります)

講師: 当院整形外科医師
(日本整形外科学会専門医)

事前予約制(電話にて)
TEL: 0467-47-2377 定員: 10名

▼発行元:
湘南鎌倉人工関節センター
〒247-0061
神奈川県鎌倉市台
5-4-17
電話: 0467-47-2377
FAX: 0467-47-2370

▼2020年7月手術件数
(単位: 件)
人工股関節置換術 : 49
人工股関節再置換術 : 2
その他 : 0

▼8月外来休診日
なし

<https://www.skjrc.jp/>