

# 栄養コーナー

## 食中毒予防の3原則

### ☆☆食中毒の原因を「つけない」「増やさない」「やっつける」☆☆

その基本的な方法は、次のとおりです。  
食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することで発生します。食中毒を防ぐためには、細菌などを食べ物に「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」、食べ物や調理器具に付着した細菌やウイルスを「やっつける」という3つのことが原則となります。その基本的な方法は、次のとおりです。

#### ①洗う！分ける！

手にはさまざまな雑菌が付着しています。食中毒の原因菌やウイルスを食べ物に付けないように、必ず手を洗いましょう。  
また、生の肉や魚などを切ったまま板などの器具から、加熱しないで食べる野菜などへ菌が付着しないように、使用の都度、きれいに洗い、殺菌しましょう。

#### ②低温で保存する！

細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になります。10℃以下では増殖がゆっくりとなり、マイナス15℃以下では増殖が停止します。食べ物に付着した菌を増やさないためには低温で保存することが重要です。肉や魚などの生鮮食品やお総菜などは、購入後、できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。  
なお、冷蔵庫に入れても、細菌はゆっくりと増殖しますので、冷蔵庫を過信せず早めに食べることが大事です。

#### ③加熱処理！

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べれば安全です。特に肉料理は中心までよく加熱することが大事です。中心部を75℃で1分以上加熱することが目安です。  
ふきんやまな板、包丁などの調理器具にも、細菌やウイルスが付着します。特に肉や魚、卵などを使った後の調理器具は、洗剤でよく洗ってから、熱湯をかけて殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も効果的です。

## 院内コンサート

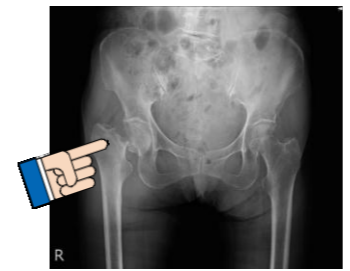
◎本院では、1階の待合ホールにて院内コンサートを開催しております。  
最近では、平成26年3月8日（土曜日）病院1階にて院内コンサートを開催致しました。約1時間、患者様と一緒に童謡や懐かしの歌等を楽しく歌いました！次は7月に開催致します。皆様、お楽しみに～♪♪

出演者 川鍋さやか 富永ひかる 栗下琴菜 池田健二

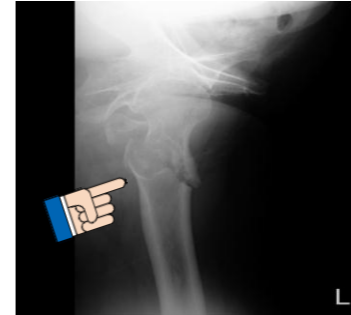


# 放射線コーナー

放射線科では、日勤帯はPET、CT、MRI、透視、骨塩定量測定を行っており、夜間はオンコールにて緊急対応しております。高齢者社会になり、65歳以上の人口が増えつつあります。65歳以上の高齢者に多く見られる外傷として、大腿骨頸部骨折があります。当院でも転倒にて救急搬送された方のほとんどが大腿骨頸部骨折です。



### 人工股関節置換術



また、このような骨折を未然に防ぐ為にも骨塩定量測定は重要です。骨塩定量測定は骨粗鬆症の診断や治療の経過観察、または、先天性の骨疾患やあるいは代謝性ホルモンのバランス異常の診断や治療、病態の解明などに使われます。  
当院では腰椎・大腿骨頸部の測定を行ない、骨粗鬆症の診断と治療の効果判定に活用しています。測定時間は約10分ほどです。測定結果も直ぐに出ますので、65歳以上の方はぜひ医師または看護師にご相談ください

## ☆4月新年度も始まり、新人スタッフの交流も兼ねて歓迎会を行いました☆



スタッフの意外なワンショットもあるかも（笑）



鹿児島市荒田1丁目25-6  
TEL 099-253-8111  
FAX 099-253-8140  
ホームページ アドレス

