

# 幸寿園だより

令和6年  
No.295  
6月号

発行 / 介護老人保健施設 **グリーンヒル幸寿園** 西松浦郡有田町南原甲678-1 ☎0955-41-1070



## 食中毒



## を予防しましょう



管理栄養士  
杉原 美帆

近頃、気温が高い日々が続き、夏が近づいてきました。これからの季節(6~8月)は細菌が原因となる食中毒が多く発生しています。「食中毒」とは、食べ物や手などに付着した細菌やウイルスが体内に入り、下痢や腹痛を起こすことをいいます。一般的には2~3日程度で回復しますが、症状がひどい場合は発熱や嘔吐を伴います。食中毒というと、飲食店での食事が原因に思われがちですが、家庭での食事でも発生しています。抵抗力の低い高齢者や体調が悪い方は、身体が敏感に菌に反応するため、症状が強くなることもあります。食中毒予防のポイントを押さえ、食中毒を予防しましょう!

### 食中毒予防の3原則



菌をつけない  
「清潔」



食品に菌を付けないよう、  
清潔を  
心がけましょう。



菌を増やさない  
「迅速/冷却」



食品に付いた菌が増えないよう、  
迅速な調理・提供と  
十分な冷却を行いましょう。



菌をやっつける  
「加熱」



食品は中心部まで  
しっかりと  
加熱しましょう。



### 家庭でできる食中毒を防ぐポイント

- ① 買い物** 消費期限の確認をする。  
肉や魚はそれぞれ分けて包む。  
買い物した後はできるだけ早く家に帰る。
- ② 家庭での保存** 購入した食材はすぐに冷蔵庫や冷凍庫で保管する。  
冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保つ。  
冷蔵庫は詰めすぎに注意し、7割程度に。
- ③ 下準備** こまめな手洗いを心がける。  
食材は流水できれいに洗う。  
肉や魚など加熱の必要な食品は、野菜など生でそのまま食べるものから離す。  
まな板は食材によって使い分ける。
- ④ 調理** 調理中もこまめな手洗いを。  
食品の中心まで十分に加熱する。(中心部75℃1分以上加熱が目安)
- ⑤ 食事** 食事の前にも手を洗う。  
長時間、室温のまままで放置しない。
- ⑥ 後片付け** できるだけ早く洗う。  
布巾は清潔な乾燥したものを使う。  
シンクやゴミ受けも清潔な状態にする。



# 5月誕生会

## 誕生者紹介

### DCご利用者様

松永 ミハル様(94歳)  
 岸川 美知子様(91歳)  
 浦川 秋子様(85歳)  
 野澤 正勝様(81歳)  
 梅崎 勝明様(78歳)  
 山口 雅基様(73歳)  
 中島 初男様(71歳)  
 蒲原 晴美様(68歳)  
 轟本 由美子様(57歳)



### 2F入所者様

原 慶子様(84歳)  
 春田 義春様(85歳)



### 3F入所者様

鷹取 誠様(75歳)  
 宮田 邦子様(82歳)  
 長邊 京子様(88歳)



※ご本人様、ご家族様の  
 確認のもと掲載をさせ  
 て頂いております。

## 有田町岳地区の棚田の鯉のぼりを見物にに行ってきました! その様子をご紹介します♪

たくさんの鯉が  
 気持ちよく泳いでいました



ふと見上げれば、  
 空にも鯉が  
 泳いでいます  
 歓迎してくれたのかな♡



盛り  
 道中  
 上は  
 がり  
 ました  
 話で



本日は快晴!  
 空気も澄んでいて  
 気持ちいい~♪



絶景にうっとり中♡

ただただ黄昏るのも  
 いいですね~

## ディケア

5月の誕生日会は、赤組と白組に分かれ、ミニミニ運動会を開催しました!種目は・うちわリレー (色々な物をうちわに乗せて渡すゲーム)・玉入れ競争・紐送り競争の3種目でした。職員も一緒に加わり、どの競技も大いに盛り上がりました。そして、ご利用者様の笑顔がたくさん見る事ができました(\*'▽')楽しい時間はあっという間でしたが「いい運動会になったね」「楽しかった」・等、感想をいただきました。来年の運動会も盛り上がりましょう!!

盛り上がった  
紐送りの

見事な  
連携プレー

買い物へ

男性も参戦!

ビールと合う~★

ノンアルで乾杯!

## 2階

5月の誕生日会は、お好み焼き作りを行いました。今回は入所者お二人に買い出しのお手伝いもして頂きました。久しぶりに来た馴染みのスーパー。数々の陳列を見て品定めをする事が楽しく「いろんなものがあるね」とびっくりされていました。仕込みは、みんなで楽しく話をしながら、具材を刻んで細かくしていきました。キャベツ刻みはぶんぶんチョッパーが登場「初めて使った」と感激されていました!そして、目の前で焼くお好み焼きは、焼ける音とソースの香りで皆さん食欲もUP!!「うまか~店よりおいしい」「出来たてはやっぱりちがう」とベロツと2枚、いやっ3枚?!,も食べる方がいらっしやいました★★★美味しいものを食べて、みんな元気いっぱいになりましたね!

## 3階

5月は、母の日のイベントでデザート**バイキング**を開催しました!いろんな種類のデザートを用意しました。入所者のみなさん、甘いものが大好きな方が多く、デザート食べ放題と聞いてはワクワクが止まりません😊たくさんあり過ぎて皆さんなかなか決められない様子でした(\*'ω\*')「もしかして足りなくなるかもー!!」と心配するぐらい、お腹いっぱい召し上がっていただきました♪味も大変美味しかったと好評でした♡また楽しい時間を作りたいと思いますので、楽しみにしてくださいね。

待ちに待った  
スイーツ  
バイキング

これに決まり!!

美味し~

## 看護学生実習



伊万里看護学校より准看護科の学生さんが実習にられました。ご利用者様と楽しくお話をしたり、ディケアでの送迎のお手伝いや、レクリエーションに参加したり、ご利用者様は楽しいひと時だったようです!

これからも、素敵な看護師さんを目指して頑張ってください!幸寿園一同応援しています!!



# 栄養課より



## 5月11日 母の日メニュー

- ケチャップライス
- チキン南蛮
- コンソメスープ
- フルーツ
- ポテトサラダ

Thank you!  
Mother's Day



## 5月13日 ワールドグルメ メニュー

- メキシカンライス
- チリコンカンポテ
- ガーリックスープ
- フルーツ
- セビーチェ

メキシコ



## 5月24日 誕生会メニュー

- 赤飯
- 菜の花の和え物
- 茶碗蒸し
- おやつ 抹茶シフォン
- 天ぷら盛り合わせ
- フルーツ



# 新入職員紹介

名前：石橋 薫 部署：3階 看護

趣味：サクセス

一言：社会人一年目。社会人としてのマナーと看護・介護について学びます。精一杯頑張りたいと思います。



名前：福島 敏男

部署：通所リハビリテーション (運転手)

趣味：映画鑑賞

一言：安全運転に心がけます！



5月からミャンマーより幸寿園に留学生が来られました。平日は、西九州短期大学の介護福祉コースの学生として学び、土日は幸寿園で勤務となります。朝早くから有田より電車に乗っての通学と、土日は仕事で大変な日々を送っていますが、勤務中は利用者様としっかり向き合いコミュニケーションをとりながら頑張っています。目標をしっかりもって、大きく成長して下さい！



名前：ハン ジントウン 部署：2階 介護

趣味：人間の感情についての本を読むこと。

一言：いま、いろいろ分からないことがありますけど、だんだん勉強しながら仕事に慣れたい。あと役に立つ人になりたいです。



# 消防避難訓練



5月29日、今年度、第一回目の消防避難訓練を実施しました。今回は、避難訓練の他に消防受信機の仕組みと使い方も学びました！今後も有事の際に備え、充実した訓練を心掛けたいと思います。



# 出前講座 in 戸矢公民館

今回は熱中症、脱水についてのお話をしてまいりました。

これから暑くなります。草刈りや畑仕事の機会も増えますので、炎天下での作業の際は十分にご注意ください！！

幸寿園では、各専門職より皆様方のご希望に合わせた講座が開催できます。

5人程度の集まりでもお伺いさせていただきますのでお気軽にご相談ください！



出前講座の様子はホームページ・謙仁会Facebookでご紹介しています。是非ご覧ください！！



# 編集後記

6月と言えば、紫陽花を思い浮かべる方も多くいらっしゃるかと思います。沢山の色で咲かせてくれる紫陽花の花言葉を2種類紹介したいと思います。青色→「辛抱強い愛情」ピンク→「元気な女性」だそうです😊素敵な言葉ですよね♡見頃を迎える頃だと思いますので、ぜひ素敵な紫陽花をお楽しみください!! (C.I)

# 謙仁会Facebook・Instagramにて随時情報発信中!!

グリーンヒル幸寿園ホームページより、お越し下さい！  
幸寿園ホームページ <https://kenjin-kai.com/koujyuen/>



Facebook

左のQRコードからリンクへ移動するか、Facebookの検索画面で「グリーンヒル幸寿園」と入力して検索してください。



Instagram

左のQRコードからリンクへ移動するか、Instagramの検索画面で「グリーンヒル幸寿園」と入力して検索してください。