のびのび

1月号

令和4年1月1日発行
社会福祉法人　王慈福祉会
ケアハウス　ロイヤルウイング
倉敷市児島下の町5-2-15
（086）-474-0001

生活相談員　荒田勇樹　1月のつぶやき～

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いいたします。今年の干支は寅です。そして「ごうのとら」の年です。ごうのとらは負けん気が強い、競争心が強いといった意味が込められており、この年に生まれた人は良い意味でも悪い意味でも気の強い人といわれます。寅年の中でも特別な「ごうのとら」の年は36年経たないと巡ってきません。最近で言うと大正3年、昭和25年、昭和61年生まれの人、そして今年生まれてくる子です。コロナ感染者が減少していましたが、オミクロン株という新たな変異株がでてきていますので、今年もまたコロナ対策に追われる一年になると思います。皆さまには、自分自身を守り、コロナ禍を乗り越えて頂きたいと思います。新しい年が皆様にとりまして、幸多き年となりますよう心よりお祈り申し上げます。1月には初詣や外食を企画していますので、感染対策しながら、お参りなどをして頂けたらと思います。

クリスマスお食事会

今年一年お疲れ様でした～

サンタさんから皆さんへ
プレゼント！

消防訓練を行いました

避難訓練

消火訓練

けがの応急処
置しますね

ヨシ！
これで安心だ！

放水訓練

栄養のコーナー

～寒い季節も食中毒にご注意を!～

新年、明けましておめでとうございます!今年も、みなさまが健康で楽しい毎日をお過ごしできるよう、栄養情報をお伝えしていきます。ぜひ、今後ともチェックしてくださいね!

新年1回目のテーマは「食中毒」です。「冬に食中毒?」と思われた方は要注意ですよ!寒い季節に流行する食中毒があるのですよ。今回は、食中毒にならないためのポイントと、厨房での取り組みについてお伝えします。

＊冬に流行!ノロウィルスによる食中毒＊

「ノロウィルス」というのをご存じでしょうか?食中毒は一般的に、夏場に多く発生しておりますが、このノロウィルスによる食中毒は冬場に多く発生しています。ノロウィルスは二枚貝に付着しており、牡蠣が旬を迎える季節、冬に流行を迎えるのです。

また、ノロウィルスは低温、低湿度の環境下でも生存できることも冬に流行する原因の一つです。症状としては、強い吐き気と下痢、腹痛などが主です。

＊ノロウィルスによる食中毒を防ぐには?＊

一般的な食中毒予防と同様に、十分な手洗いと調理の際の加熱(85℃以上で90秒以上の加熱が必要)、また調理器具の清潔保持(殺菌・消毒)が重要です。手洗いの際は石鹸で洗うことがポイントで、水洗いだけではウィルスを落とすことはできません。また、調理器具の消毒の際、ノロウィルスはアルコール消毒では不十分とされており、次亜塩素酸ナトリウムの消毒が必要です。

＊厨房での取り組み＊

調理の際は必ず手洗いとアルコール消毒を行い、食品に触れる際は基本的に衛生手袋を着用しています。また、調理の際は加熱温度の測定と調理時間、貝類については加熱時間の記録を徹底しております。

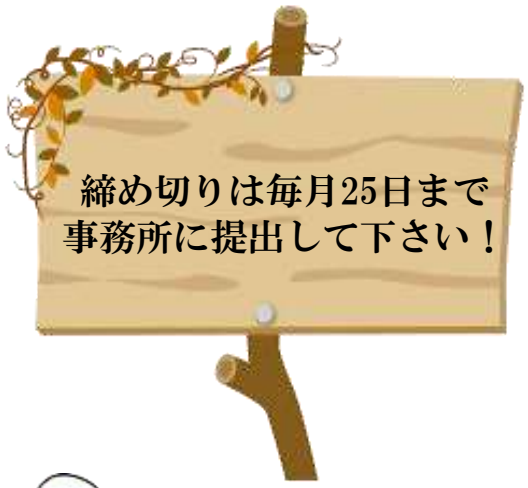
他にも、冷蔵庫や冷凍庫の温度管理、調理器具の消毒など食中毒が起こらないよう努めております。

最近は異物混入の事件事故のニュースがありますが、こちらも調理室に入る前のローラーかけ(衣服についている埃やゴミをテープで取り除く)や、色付き衛生手袋を使用(混入しても見つけやすいよう)など工夫しています。今後も安心してお召し上がりください。

皆様の投稿コーナー

初春や何はともあれお目出たし
初春や変らぬ位置に讃岐富士
満開と云ふも気高き冬桜
祝膳今年もみんなすこやかに
着ぶくれて六畳一間わが世なり
遠ざかる日々が尊し遠嶺雪
初空や光りに聳(そび)ゆケアハウス

あやめ



俳句・川柳・絵手紙など
あなたの作品を大募集！
どしどしご応募下さい

看護のコーナー

新春を迎え　皆様のご健康と、ご多幸をお祈り申し上げます。
本年も感染防止に向け、ご協力お願いいたします。

- 「三つの密」の回避や「人と人との距離の確保」「マスク着用」「手洗いなどの手指消毒」をはじめとした基本的な感染防止行動を実践しましょう
- いつもと体調が違うと感じた場合は移動を控え積極的に診察や検査を受けましょう
- 混雑した場所は出来るだけ避けましょう
- 普段会わない方と会う際は、より一層感染防止行動を実践しましょう

令和4年

１月のカレンダー

日	月	火	水	木	金	土
						1
						元日 初詣
2	3	4	5	6	7	8
		喫茶ゑびす P			朝の体操 P	
9	10	11	12	13	14	15
			喫茶ゑびす P		朝の体操 P	
16	17	18	19	20	21	22
		喫茶ゑびす P		朝の体操 P		
23	24	25	26	27	28	29
			喫茶ゑびす P			朝の体操 P
30	31					

【新入居者紹介】
５階〇田明〇様、６階〇田〇〇子様がご入居されました。
よろしくお願いいたします。