

# ほほえみ

発行:新潟県立津川病院 電話 0254-92-3311

私たちは、良質な医療及びケアを提供し、地域医療の充実と発展に努めます。

## \*\*\* 食中毒からご家族を守る3つの決まり \*\*\*

梅雨明け以降はカンピロバクターやサルモネラといった細菌による食中毒が発生しやすい時期です。これからの季節は特に「3つの決まり」を守って家庭での食中毒を予防しましょう。

### 食中毒予防の3原則は食中毒菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」

**つけない!** : こまめな手洗いが大切。手にはたくさんの雑菌がついています。調理前、肉、魚、卵などを触った後、食事の前、トイレの後には忘れずに手を洗いましょう。生で食べる野菜や果物はよく洗い、肉や魚を扱った調理器具が触れないように注意しましょう。

**増やさない!** : 低温で保存。肉、魚などの生鮮食品やお惣菜、また生菓子等を買ってきて、すぐに食べない場合はできるだけ早く冷蔵庫へしまいましょう。カレーなどの作り置きも冷蔵・冷凍庫へ保管しましょう。再加熱してもやっつけられない食中毒菌もいます。そして、食べる準備が整ったら、すぐにいただきます。

**やっつける!** : 加熱処理をする。肉や魚は中心部までしっかり加熱しましょう。肉や魚、卵料理に使用した調理器具には、食中毒菌が付着しているので、洗剤で良く洗ってから熱湯をかけたり、台所用殺菌消毒剤で消毒しましょう。熱湯を扱う際は火傷に十分注意してください。



(文責:栄養課)

## \*\*\* 糖尿病教室のご案内 \*\*\*

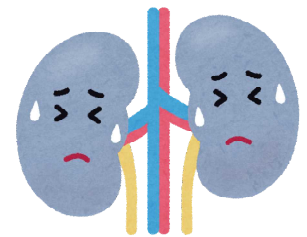
津川病院では、毎月1回糖尿病教室を開催しています。糖尿病の患者さんはもちろんご家族など、どなたでも参加いただけます。今月は、

日 時 6月20日(月) 午前10時 から15分程度

場 所 内科外来(待合室テレビ前)

講義内容 「糖尿病の合併症～腎症」

私たち病院スタッフと一緒に、糖尿病について勉強しましょう。



## \*\*\* 新型コロナウイルス感染防止のためのお願い \*\*\*

- ・体調不良の場合は、**必ず事前**にお電話ください。
- ・定期受診されている方は**極力予約時間の頃**に受付し、長く病院内で待つことがないようにしましょう。
- ・待合室では、他の患者さんと離れて待ちましょう。
- ・入院患者さんとの面会は、**原則面会禁止**とさせていただきます。
- ・入院患者さんへの差し入れは、看護師にお声がけください。

