

Hospital News

vol. **7**
2012.JURY.1



看護の母「ナイチンゲール」の生誕日である5月12日は「看護の日」と制定されており、毎年、各地でさまざまな催しが行なわれております。

摂津医誠会病院でも、毎年この時期に「看護の日にイベント」を開催しており、今年は5月8日(火)に行ないました。健康相談、身体計測、講演会、ポスター掲示を行ない、たくさんの方にご参加いただきました。

来年も開催を予定しておりますので、皆様のご参加をお待ちしております。

事務課



お知らせ

平成 24 年 4 月 1 日から診療費が改定されました。

皆さんの病院・医院における窓口負担額が、今までと幾分変わりますのでお知らせいたします。

ご不明な点がございましたら、窓口にお尋ねください。

おねがい

現在保険証確認のため、毎月受診時に窓口へ保険証の提示をお願いしています。

平成 24 年 4 月の診療報酬の改定により、医療と介護の連携の必要性が明示されました。

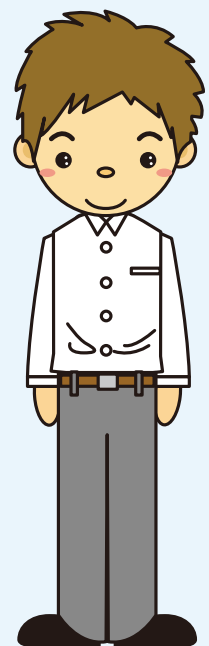
今後、介護保険証をお持ちの方は、保険証の提示をいただく際に一緒にご提示いただくようお願いいたします。

介護保険証は、65 歳以上の方には介護認定を受けていなくても送付されています。

また、40 歳以上 65 歳未満の方で介護保険証をお持ちの方も、ご提示いただきますようお願いいたします。



弊院では、地球温暖化防止及び省エネルギー対策の一環として、また、原発停止に伴う電力不足に配慮し、事務所内の温度を 28℃程度に設定いたしますとともに、以下の



食だより

家庭で出来る食中毒予防

食中毒は飲食店での食事が原因と思われがちですが、家庭の食事でも発生する可能性がたくさん潜んでいます。食中毒予防の3原則は、菌を「付けない、増やさない、やっつける」で、簡単な予防方法をきちんと守れば予防できます!!

6つのポイント

～買い物から後片付けまで～

1 買い物をする時

生鮮食品は新鮮な物を（表示期限の確認）選び、冷凍や冷蔵食品は買い物の最後に。

2 食品を保存する時

冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下が目安。詰めすぎに注意、目安は7割程度。

3 下準備の時

生の肉や魚を切った包丁やまな板で、他の食品の処理をしない、使用後はすぐに洗剤と流水でよく洗浄を。（熱湯をかければ消毒効果）
包丁、まな板、ふきん、たわしなどの消毒を。（漂白剤や熱湯又は煮沸が効果的）

4 調理の時

十分に加熱を。
（中心部の温度が75℃で1分以上）



5 食事の時

盛り付けは清潔な手で、清潔な器具を使い、清潔な食器に。食品は室温に長く放置しない。（O-157は室温でも15分～20分で2倍に増えます）

6 食品が残った時

早く冷える様、浅い容器に小分けして冷蔵庫へ。時間が経った物は、思い切って捨てましょう。

とうもろこしごはん

6月の食材『とうもろこし』旬は6～9月で、糖質を多く含みます。

～いい状態の見分け方～

- ①葉の色が濃い緑色でひげが褐色
 - ②身が先端まで詰まっていたりふくらつやがある。
- 缶詰は、栄養的にも差がないですが塩分は多めになるので、摂りすぎには注意しましょう。

材料

とうもろこし	約2本（お好みの量で）
お米	2合
コンソメ	2個
バター	大さじ2
塩	小さじ1
パセリ	少々



作り方

- ① 洗ったお米に、通常の水分量とパセリ以外の材料を加えて、炊飯器のスイッチを入れる。
- ② 飾りにパセリを加えて出来上がり。

※ とうもろこしは、生でも茹でた物でも缶でもOK