

食中毒の予防について

食中毒は年間を通して発生していますが、そのうち細菌による食中毒は、高温多湿の夏場に多く発生しています。平成20年の全国の食中毒は、患者数24303名。静岡県では患者数943名。

食中毒の発生場所は飲食店が60%と大部分を占めますが、15%は家庭で発生しています。「自分は大丈夫!」と油断は禁物です。ご家庭でできる食中毒の予防方法を覚えておきましょう。

食中毒予防の3原則



1) つけない

☆**洗う**：手や調理器具をよく洗いましょう。特に肉や魚を使用した後の手や器具は洗剤でしっかりと洗うことが重要です。まな板などは先に加熱しないで食べる野菜などに使い、その後肉や魚に使用するか、野菜用と肉・魚用に分けておくとういでしょう。

食品も使用前には流水で洗いましょう。特に生で食べるものは洗いぬいで。

☆**保存**：肉や魚はビニール袋や容器に入れて保存し、汁が他の食品につかないようにします。

2) 増やさない

☆**温度管理**：室温に放置しないこと。調理したら早めに食べましょう。残ったものはすぐに冷蔵庫へ。ただし冷蔵庫の過信は禁物です。早めに食べるようにし、余らないように作ることも大切。買い物後はすぐに冷蔵庫に入れて保存し、詰め込みすぎないことも重要です。

3) やっつける

☆**加熱する**：食品内部までしっかりと加熱しましょう。75℃、1分以上が必要です。

☆**消毒する**：調理器具（まな板、包丁、ふきんなど）は定期的に消毒しましょう。



※また、料理する人も食べる人も「見た目に痛んでそう」「臭い何か変？」などご自分の五感で怪しいと感じたら避けましょう。

(参考：厚生労働省ホームページ)

当院では栄養指導を行っております。食事に関するご質問等ございましたら、お気軽にお問い合わせください。

栄養管理課

お知らせコーナー

一般受付（診療）時間

平 日…午前 7:30(9:00)～午前 11:30
午後 1:00(2:00)～午後 4:00
土 曜…午前 7:30(9:00)～午前 11:30

※受付開始は午前 7:30からです
※各科で受付時間が異なります。
「各科外来担当医一覧表」をご確認ください。

面会時間

平 日…午後 1:00～午後 8:00
日・祝日…午前 10:00～午後 8:00

★予防接種（必ず保険証・母子手帳・通知書を持参し
保護者同伴でおこください）

乳幼児	毎週 火・木曜日	12:45～13:30
小・中学生	毎週 月～金曜日	9:00～11:00
		14:30～16:00
	毎週 土曜日	9:00～11:00

予防接種の種類により曜日が異なる場合がございます。来院前に小児科外来へお問い合わせください。

在宅看護・在宅介護でお困りのことはございませんか?

病院と連携を図り、より良い在宅生活が過ごせるように患者さま・ご家族さまと協力し充実した在宅サービスの提供をいたします。

生活の相談・指導、医療的処置を行う又は指導、ターミナルケア、身体介護、生活介護等いつでもお気軽にご相談下さい。

聖隷訪問看護ステーション千本
聖隷ヘルパーステーション緑町
TEL 055-952-1020

人間ドック・健康診断のお知らせ

人間ドック及び各種健康診断は予約制となっております。お申込み、お問い合わせは下記健康診断センターまでご連絡願います。

政府管掌健康保険 「一般健康診断」指定医療機関
日本病院会指定 「優良人間ドック施設」
「人間ドック・健診施設機能評価」
中央労働災害防止協会 「健康診断機関名簿登載」

人間ドック(2日コース・1日コース)
政府管掌健康保険(一般健診) 脳ドック その他健康診断

聖隷沼津健康診断センター

TEL 055-962-9882

問い合わせ時間 9:00～17:00(土曜日は12:00まで)
日本総合健診学会認定「優良総合健診施設」

せいれい通信

市民公開講座 開催



5月23日、沼津市立図書館にて聖隷浜松病院・聖隷沼津病院合同市民公開講座を開催しました。120人を越える来場者の中、「てんかん」の知識や最先端の治療方法について、てんかん治療を専門としている医師たちが日頃の診療内容を事例にして分かりやすく紹介しました。

職種紹介シリーズ パート⑤ ～薬剤師編～

調剤業務の流れ

- ①医師の発行した処方箋のチェック
処方内容におかしい点がないかチェックをします。間違いや疑問点がある場合には医師に問い合わせをし、処方箋の修正を行います。
- ②薬の取り揃え、調製
処方箋をもとにお薬を揃えます。粉薬や一包化のお薬は分包機を用いて個別に包装します。
- ③他の薬剤師による監査(ダブルチェック)
②を行った薬剤師とは別の薬剤師が最後の処方チェックを行います。ここでお薬のとり間違えがないか、粉薬や飲み薬に異物が入っていないか...など調剤ミスがないか確認をします。

錠剤、カプセル剤については1回服用分のお薬を1袋にまとめ一包化調剤を行っています。ご高齢の方、多くの種類のお薬を飲まれている方などお薬を自己管理するのが難しい方はご相談下さい。



活用していますか?お薬手帳



お薬手帳はあなたに処方されたお薬の名前や飲む量、回数などの記録(薬歴)を残す手帳です。

当院では、お会計時または薬局の窓口で手帳をお預かりしています。

お預かりした手帳は薬剤師による薬歴の確認を通し、お薬について記載されたシールを貼っ

てお薬と一緒に患者さんにお返しします。

複数の病院や薬局にかかられている方やたくさんのお薬を飲まれている方などにはお薬手帳を持たれることをお勧めします。また、新しくお薬手帳を作りたい方、シールだけ欲しいという方などお気軽に声をおかけください。

(文責 薬剤課 高宮 絵美)



〒410-8555
沼津市本字松下七反田902-6
TEL (055) 952-1000(代)
FAX (055) 952-1001

http://www.seirei-numazu.com

