

## すこやか生野通所リハビリり ご卒業おめでとうございます。

2006年5月に脳梗塞を発症され、就労支援を利用しながら過ごされてきました。もっと体を動かし以前のように友人と旅行に行きたいという目標をもって、2020年6月すこやか生野通所リハビリりの利用開始となりました。パワーリハビリ、Pウォークに熱心に取り組まれ、体力が向上し、何度か旅行に行かれ、目標を達成されました。次の目標として仕事復帰を掲げられ、その後もリハビリりを意欲的に継続され、今回、仕事復帰が実現し、すこやか生野通所リハビリり卒業となりました。今後の益々のご活躍を期待しております。卒業後もすこやか生野は、いつでも相談できる場所として寄り添って参りますので、遠慮なくご連絡ください。

M様  
(パワーリハ歴4年)



体力測定	2020年6月	2024年5月
握力(左)	34.9kg	32.5kg
片脚立位保持時間(左)	9.6秒	14.4秒
ファンクショナルリーチテスト	0cm	22.5cm
座位体前屈	27.0cm	20.0cm
TUG(独歩)	17.2秒	13.8秒

医療法人アエバ会  
介護老人保健施設

# すこやか生野

- 入所・短期入所  
TEL: 06-6717-8002 (代表)
- 通所リハビリテーション  
TEL: 06-6717-8003 (直通)
- 居宅介護支援事業所  
TEL: 06-6717-8033 (直通)

<https://www.aeba.or.jp>



アエバ会

検索

無料見学体験会随時実施中!  
お気軽にお問い合わせください。



# 食中毒について

食中毒は年間を通して発生しています。食中毒の主な原因は、細菌・ウイルス・寄生虫となっており、この他、自然毒や化学物質などによる食中毒もあります。このように食中毒の原因は様々であり、病因物質に応じた食中毒予防が重要です。

## 病因物質

### 細菌

カンピロバクターや  
ウェルシュ菌など



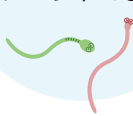
### ウイルス

ノロウイルスなど



### 寄生虫

魚介類に寄生する  
アニサキスなど



### 自然毒

ジャガイモや  
キノコ、野草、ふぐなど  
に含まれる天然の毒



### 化学物質

ヒスタミン、薬品  
(漂白剤) など



## 発生時期

- 梅雨時期(5月～6月)と夏(7月～9月)は湿度や気温が高く、最近が増えやすいので、この時期には細菌性の食中毒の発生件数が増加する傾向にあります。
- 冬(12月～3月)は、ノロウイルスなどのウイルス性の食中毒の発生が見られます。
- 春や秋には他の時期に比べて、自然毒による食中毒が多く発生します。
- アニサキスなどの寄生虫による食中毒は年間を通して発生しています。

## 食中毒の予防

食中毒から身を守るには『つけない』・『ふやさない』・『やっつける』の三原則が基本です。

### つけない

- ①手洗い・手袋の着用
- ②器具を使い分ける
- ③清潔な調理器具を使用する

### ふやさない

- ①適切な温度管理(冷蔵 10℃以下、冷凍 -15℃以下で冷却)
- ②調理後は早めに食べる

### やっつける

- ①中心部が75℃以上で1分以上加熱(ノロウイルスの場合は85～90℃で90秒以上)
- ②器具の消毒

食中毒に注意して、元気に夏を乗り越えましょう！

担当：中平(管理栄養士)

## すこやかKITCHEN note

～すこやか生野のキッチンで調理している食事レポートです！～

ハイサイ！沖縄料理です。

・ソーキそば・ゴーヤチャンプルー・もずく酢・マンゴープリン

おやつは手作りサーターアンダギーと、看護師長による三線の演奏が行われ、気分はすっかり南国でした。

