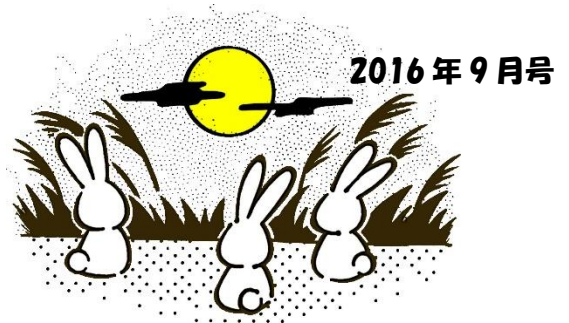


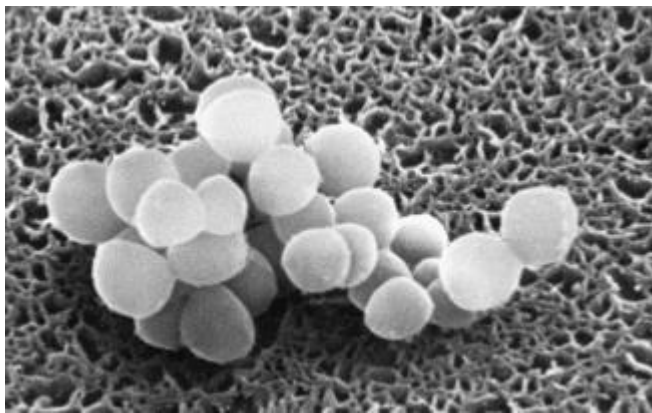
# 栄養科だより

もうすぐ9月になりますが、まだまだ暑い日々が続きそうですね…引き続き、水分補給をしっかりと今年のお暑さを乗り切りましょう！さて、9月号は食中毒予防として黄色ブドウ球菌について取り上げます。



## ●黄色ブドウ球菌

健康な人でも口腔、鼻、咽頭の粘膜、皮膚に常在する菌です。この菌は、食べ物の中で増殖するときにエンテロトキシンという毒素をつくります。この毒素を食品と一緒に食べることで、人に危害をおよぼします。菌自体は熱に弱いのですが、この毒素は100℃30分の加熱でも分解されません。



潜伏期間…30分から6時間(非常に短い)

症状…激しい吐き気・嘔吐、腹痛、下痢

好発時期…ほぼ年間を通して発生しているが、夏期に多い

原因食品…様々な食品が原因食となる可能性を持っており、にぎりめし、寿司、肉、卵、乳などの調理加工品及び菓子類など多岐にわたる

## 【黄色ブドウ球菌による食中毒予防のポイント】

- 1.手指に切り傷や化膿巣のある人は、食品に直接触れない
- 2.手指の洗浄・消毒を十分に行う  
⇒食品に菌をつけないことが重要です。
- 3.食品は10℃以下で保存し、菌が増えるのを防ぐ  
⇒特に、黄色ブドウ球菌の毒素は加熱によって無毒化できないので、増やさないことが重要です。  
⇒調理した食品は冷蔵庫で保存
- 4.調理にあたっては、爪を短く切る。帽子やマスクを着用する。アクセサリを身につけない。  
⇒髪の毛や唾液などからも菌が付着する可能性がありますので、帽子やマスクで防ぎましょう。  
また、洗浄・消毒が十分にできなくなってしまうので、爪を長く伸ばすことやアクセサリを身につけることはしないようにしましょう。

### ～嗜好調査の結果報告～

北棟にも南棟にも休憩室に報告書を配布しました。

目を通していただけましたでしょうか？

調査用紙には、「おいしい」や「ありがとう」とたくさん書かれていました。

これらの言葉は給食を作っている私たちにとって、最大の励みになりますよね。

一方で、厳しいご意見があったのも事実です。

入院患者の皆様に満足して頂けるようこれからも努力していきましょう。

