

リハビリテーション友の会 元気会 りはとも

平成 30 年 7 月

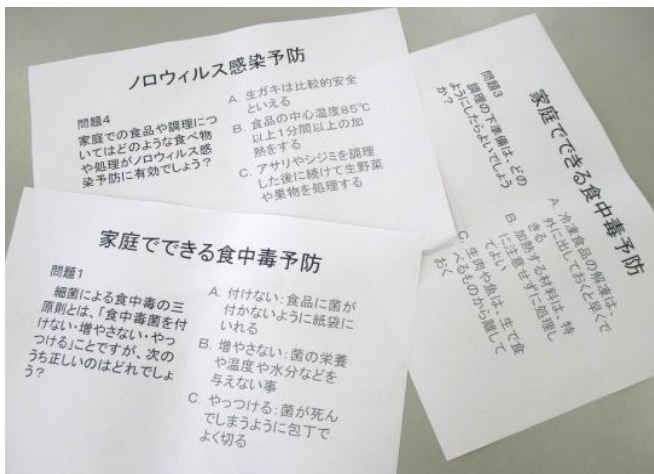
第 80 号

■「元気会・りはとも」とは・・・

リハビリテーション友の会「元気会・りはとも」は、リハビリテーションに取り組む方やそのご家族、医療関係者の“交流の場”をつくり、仲間づくりや情報交換に役立ててほしいと考えています。

入院中や退院後、「思うように生活が出来ない」、「困っているが誰に話して良いか分からない」、「誰かと話をしたい」などの経験をした方もいます。そのような方の力になりたいと願っています。

■第80回「元気会・りはとも」報告



第 80 回のりはともは「食の安全について！」をテーマに管理栄養士の本間さんより講話をしてもらいました！食中毒が流行る季節です。クイズ形式で食中毒予防やノロウイルスについて勉強しました！



■りはともの様子

テーブルごとに相談をしながらみなさん真剣に取り組んでいました！なかには全問正解した人もおられました(° o °)♪

最後に豪華？！景品が当たるくじ引きも行いました！

参加されたみなさんありがとうございました！



【食中毒予防問題】

Q1 食材が残ってしまったらどうしますか？

- A. 時間が経ちすぎたら、思い切って捨てる。
- B. そのまま冷蔵庫に入れておく
- C. ちょっと怪しいと思っても、もったいないから後で食べる

Q2 食事する時はどのようにしたらよいでしょう？

- A. 料理の時に手を洗っているのに、気にしない
- B. 調理前の食品や調理後の食品を長時間室温に放置しない
- C. 料理の安全な温度は、夏は冷たく、冬は暖かくする

Q3 細菌による食中毒の三原則とは、「食中毒菌を付けない・増やさない・やっつける」ことですが、次のうち正しいのはどれでしょう？

- A. 付けない：食品に菌が付かないように紙袋に入れる
- B. 増やさない：菌の栄養や温度や水分などを与えない事
- C. やっつける：菌が死んでしまうように包丁でよく切る

(回答) Q1 : A 、 Q2 : B 、 Q3 : B

【事務局からのお知らせ】

◆次回のお知らせ

第80回のりはともは「コルセッツ演奏会♪♪」です(*^*)素敵な演奏をききながらリラックスするのも良いですね♪

◆参加者について

○第80回の参加者の内訳

- | | |
|----------|-----|
| ・リハビリ参加者 | 17名 |
| ・ご家族 | 5名 |
| ・医療関係者 | 11名 |

◆「りはとも」の活動日

毎月第3土曜日の開催となります。皆様のご参加をお待ちしております!!

◆編集後記

暑い日がつづいていきますね。食欲こそなくなりませんが、少し夏バテ気味の北村です。みなさんも体調を崩さないようにしっかり水分と栄養をとりながら過ごしてください(^o^)

【発行平成30年8月6日】

リハビリテーション友の会 元気会「りはとも」事務局

〒953-0104 新潟市西蒲区岩室温泉 772-1

(一社)新潟県労働衛生医学協会附属岩室リハビリテーション病院

医療相談室内 担当:前田・渡辺・金子・北村・目崎

TEL 0256-82-4100 FAX 0256-82-4288