



倉吉スターガーデン便り

〒682-0922 鳥取県倉吉市福守町491
社会福祉法人みのり福祉会 倉吉スターガーデン
TEL: 0858-28-5801 FAX: 0858-28-3173
発行日: 令和2年7月15日



新型コロナウイルスの影響が続く中、気温・湿度共に上がる季節を迎えます。この時期から増える食中毒や暑さ対策など、皆様の健康管理には、十分気を付けていきたいと思ひます。引き続き、施設では新型コロナウイルス対策を徹底し熱中症にも気を付けていきたいと思ひます。ご利用者様、ご家族様には大変ご不便をおかけしますが、皆様のご協力をお願いいたします。

* 『倉吉スターガーデン便り』は1月（新春号）・4月（春号）
・7月（夏号）・10月号（秋号）の年4回の発行を予定しております。

七夕昼食会



7月7日に毎年恒例の七夕昼食会を開催しました。
七夕に向けて皆さんで願い事を書き、短冊や飾りを
付け季節の催しを楽しみました。

恒例の浴衣美人(?)も勢ぞろいで楽しい会食と
なりました。



新

栄養士の豆知識

食中毒に気をつけて



夏場は食中毒が発生しやすい時期です。鳥取県では7月に2件の食中毒が発生していますが、レストランなどだけではなく家庭の食事でも発生しています。食中毒を引き起こす主な原因は、「細菌」と「ウイルス」です。

食中毒を防ぐためには、細菌の場合は、細菌を食べ物に「つけない」、食べ物に付着した細菌を「増やさない」、食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」という3つのことが原則となります。

ウイルスの場合は、ウイルスを調理場内に「持ち込まない」、食べ物や調理器具にウイルスを「ひろげない」、食べ物にウイルスを「つけない」、付着してしまったウイルスを加熱して「やっつける」という4つのことが原則となります。

その基本的な方法は、次のとおりです。

(1) つけない=洗う! 分ける!

手にはさまざまな雑菌が付着しています。食中毒の原因菌やウイルスを食べ物に付けないように、手を洗いましょう。また調理器具は使用の都度、きれいに洗い、できれば殺菌しましょう。

(2) 増やさない=低温で保存する!

細菌の多くは高温多湿な環境で増殖が活発になりますが、10℃以下では増殖がゆっくりとなり、マイナス15℃以下では増殖が停止します。食べ物に付着した菌を増やさないためには、低温で保存することが重要です。

(3) やっつける=加熱処理!

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べれば安全です。特に肉料理は中心までよく加熱することが大事です。中心部を75℃で1分以上加熱することが目安です。

食中毒時のおう吐や下痢の症状は、原因物質を排除しようという体の防御反応です。医師の診断を受けずに、市販の下痢止めなどの薬をむやみに服用しないようにし、早めに医師の診断を受けましょう。

倉吉スターガーデン デイサービスセンター

大運動会



あいにくの雨で急遽、室内での実施となりましたが皆さんハッスルでした



沢山の催しにも警戒や配慮を続けながら計画していきます。
ご協力お願いします。

夏の外出
(遠出) 予定は
未定です。



和菓子、パンケーキ・..
いろんなおやつに挑戦
しています。形はいびつで
も最高です。



手作りおやつ

大山のふもとから採ってきた、ささの葉を入居者さまと一緒に選別して、ちまき作りをおこないました。ゆであがった後は、みんなで試食会をおこないました。

倉吉スターガーデン ケアハウス



100歳を迎えたKさんです。



ケアハウスでは、誕生日にバラの花をプレゼントしています。皆さんの笑顔が素敵です。

誕生日

ちまき作り

大山のふもとから採ってきた、笹の葉を入居者さまと一緒に選別して、ちまき作りをおこないました。ゆであがった後は、みんなで試食会をおこないました。



ナースのつぶやき

注意したい夏の過ごし方

新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の感染拡大により、鳥取県でも様々な外出やイベントの自粛や中止が続いています。

高齢者の過度な行動制限はフレイル（虚弱）を招く可能性があります。人込みは極力避けるべきですが、天気の良い日には公園などの開放的な場所で散歩したり、エレベーターやエスカレーターを使わず階段を使ってみることも運動になります。

施設でもまだまだ行動制限をお願いする所ですが、できることをできる範囲で続けていきたいですね。

何かお困りのことがありましたらいつでもたずねて来てくださいね。



新入職員の紹介

ケアハウス 事務員

佐々木美江

7月より異動になりました。分からないことだらけですがスターガーデンでの時間を皆様と楽しく過ごしていけたらと思います。



コロナに負けるな
がんばろう
日本！！

熱中症に注意しましょう！



社会福祉法人みのり福祉会 地域福祉相談支援窓口

生活の中で、何か困っていることはあませんか？

法律相談
など

親の介護
こと

困りごと相談も受け付けています。

お問い合わせ

地域福祉支援室

担当 田中

682-0922

倉吉市福守町491 倉吉スターガーデン内

TEL:0858-24-5856 FAX:0858-28-3173

「福祉の里まつり」中止のお知らせ

新型コロナウイルス感染者の拡大を防止し、皆さまの健康と安全を守るため、開催を予定しておりました「福祉の里まつり」中止することとしました。

イベントの開催を楽しみにされていた方々には誠に申し訳ありませんが、ご理解とご協力のほどお願いいたします。

編集 後記

早くも梅雨も明ける季節となりましたが、これから本格的な暑さにむけて、3密を避けてまめに換気もしないといけないし、コロナは本当に悩ましいですね。早く終息してもらいたいものです。

編集担当者 小平・澤村