

いきいき 愛知だより

第15号

平成30年4月
発行



contents

特

集

この人に聞きました

感染症について

「感染症」について、大同病院の浅井雅美先生にお話をいただきました。

社会医療法人 宏潤会 大同病院
副院長 小児科部長
医療の質管理部長 感染制御室長

浅井 雅美 先生



千葉県の郷土料理「四海巻」

管理栄養士 菅原一子先生



公衆保健協会トピック



感染症について

今回は「感染症」について、大同病院の浅井雅美先生にお話をいただきました。



梅雨から夏にかけては、「細菌性腸炎」に注意！

「感染症」とは、ウイルスや細菌などの病原体が体内に侵入して増殖し、咳や発熱、下痢などが引き起こされる病気をいいます。

感染力の強さや病状などにより、一類から五類及び指定感染症に分類されます。(図1参照)

類別	主な感染症
一類感染症	エボラ出血熱、ペストなど
二類感染症	急性灰白髄炎、結核、ジフテリア、重症急性呼吸器症候群(SARS)、鳥インフルエンザ(H5N1またはH7N9)
三類感染症	コレラ、細菌性赤痢、腸管出血性大腸菌感染症、腸チフス、パラチフス
四類感染症	E型・A型肝炎、狂犬病、ボツリヌス症、マラリアなど
五類感染症	ウイルス性肝炎(E型、A型を除く)、後天性免疫不全症候群、梅毒、麻しんなど
新型インフルエンザ等感染症	新型インフルエンザ、再興型インフルエンザ

(図1)

今回は、梅雨時から初夏にかけて注意が必要な感染症である、「食中毒」にスポットをあててお話をします。冬は主にウイルス性腸炎(代表的なのはノロウイルス)に注意が必要ですが、梅雨から夏にかけては細菌性

腸炎(代表的なのはカンピロバクター、腸管出血性大腸菌O157など)です。

食中毒は一年中発生していますが、暑くなり湿気も多い季節は、食中毒の原因となる「細菌」の繁殖が活動的になるため、食中毒が発生しやすくなります。

特に注意をしたいものは、「カンピロバクター」と、「腸管出血性大腸菌(O157等)」です。

「カンピロバクター」や「腸管出血性大腸菌」などの細菌は、家畜の腸にいる細菌です。ですから肉に付着する菌をゼロにすることは非常に困難です。

生肉に触れた手やまな板などから他の食材に菌が付着し、その食材を生で食べると、菌が体内に入り込みます。

生肉に付着する菌をゼロにすることは困難ですが、これらの細菌は熱に弱いので、十分に加熱して食べれば食中毒を防ぐことができます。

生肉、魚、卵等に触ったら、手をしっかり洗い、まな板や包丁を熱湯消毒して菌を死滅させましょう。

加熱処理の日数は、「中心部までを、75℃以上で、1分以上の加熱」です。



Profile

社会医療法人 宏潤会 大同病院
副院長 小児科部長
医療の質管理部長 感染制御室長

浅井 雅美 先生

(あさい まさみ)

昭和62年 名古屋市立大学医学部卒業
昭和62年 5月 医師国家資格取得
名古屋市立大学病院小児科にて研修後
市立四日市病院、臨港病院、ヨハナ総合病院に勤務
平成16年 7月より大同病院勤務
平成16年10月 大同病院に予防接種センター開設
平成18年11月 だいでうクリニック 予防接種センター長
平成20年 4月 大同病院 小児科部長
平成21年 4月 大同病院 小児科主任部長
平成29年 4月 大同病院 副院長

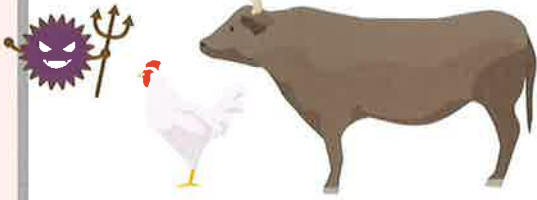
●所属学会

日本小児科学会 専門医・日本感染症学会
日本小児感染症学会・日本小児神経学会
日本ワクチン学会・海外渡航医学会

大同病院小児科部長として小児感染症等を中心に救急医療を積極的に行っている。また、だいでうクリニック予防接種センター長として成人を含めた海外渡航時のワクチンを含め各種予防接種の相談に応じている。だいでうクリニック予防接種センターは平成21年4月より、名古屋市の「専門的判断を要する予防接種」の実施医療機関に指定された。さらに、平成22年4月より、感染制御室長として院内感染対策も行っている。

a column

「カンピロバクター」について



鶏や牛などの腸にいる細菌です。生の鶏肉や牛肉に付着していたり、肝臓(レバー)の内部に存在します。少量でも感染し、菌が体内に入ると、2日から7日位で、発熱、下痢、腹痛、嘔吐などの症状が現れます。

「腸管出血性大腸菌 (O157等)」について



主に牛の腸にいる細菌です。菌が体内に入ると、2日から7日位で、発熱、激しい腹痛、水溶性の下痢、血便、嘔吐などの症状が現れます。特に、血便がみられる場合は「腸管出血性大腸菌」が疑われます。抵抗力の弱い子どもや高齢者は、重い症状になりやすく、合併症を起こして死亡する例もありますので、注意が必要です。



菌を撃退!

食中毒予防

3原則

1 細菌を食べ物に「つけない」

清潔
洗浄



2 食べ物に付着した細菌を「増やさない」

迅速
冷却



3 付着した細菌は「やっつける」

加熱
殺菌



6つのポイント

Point

1 「食品の購入」

消費期限を確認する。肉や魚の汁が他の食品に付かないように分けてビニール袋に入れる。など

Point

4 「調理」

調理前に手を洗う。肉や魚は十分に加熱する。(中心部を75°Cで1分間以上)など

Point

2 「家庭での保存」

持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる。冷蔵庫は10°C以下、冷凍庫は-15°C以下に保つ。など

Point

5 「食事」

食べる前に石鹸で手を洗う。清潔な食器を使う。作った料理を長時間放置しない。など

Point

3 「下準備」

肉や魚、卵などを触ったら、こまめに手を洗う。野菜も流水できれいに洗う。包丁やまな板は熱湯で殺菌をする。など

Point

6 「残った食品」

手洗い後、清潔な容器に保存する。ちょっとでもあやしいと思ったら、思い切って捨てる。など



食中毒かなと思ったら・・・

嘔吐や下痢の症状は、原因物質を排除しようとする身体の防御反応です。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。

大同病院では、「感染制御室」を設置し、患者さんと職員の安全を管理しています。

「感染制御室(室長:浅井雅美医師)」は院内の医療関連感染の防止と感染症治療に対して総合的に対処し、患者さんおよび職員の安全を第1に活動しています。感染対策チーム(Infection Control Team:ICT)として職種の専門性を活かした活動を行っています。

主な活動内容

- 1)院内感染対策
 - ・感染症発生時の迅速な対応
 - ・院内の耐性菌の把握
 - ・抗菌剤の適正使用の推進
 - ・アウトブレイク時の院内体制の確立
- 2)感染対策に関するサーベイランス
- 3)感染防止のためのガイドライン、マニュアルの整備
- 4)職員の衛生管理
- 5)コンサルテーション
- 6)感染症対策、感染症診療に関する相談
- 7)地域医療機関との医療関連対策の連携



cooking

疲労回復に役立つ料理の特集です。毎日の生活にお役立てください。



千葉県 の郷土料理

「四海巻」

今回は、千葉県の郷土料理です。
四海は四方の海、海苔の模様は波の模様を表しています。
海に囲まれた土地で米も海苔もたくさん取れ、
冠婚葬祭の時に食べられたそうです。



材料

海苔の
大きさを
4本分



- ・酢飯……………2合
- ごはん2合に対して
- 酢……………大さじ4
- 砂糖……………大さじ2
- 塩……………小さじ2
- ・桜でんぶ……………適量
- ・きゅうり……………2本
- ・卵……………2個
- ・全型焼きのり……………7枚

おまけ

これから暑い時期になってきます。
運動会や遠足、また家族でお出かけの時に酢飯は傷みにくく、持ち歩きも安心です。
お弁当箱を開けたときに色鮮やかな四海巻が出てくると、楽しい気分がより上がる事間違いなし！
見た目以上に簡単に出来ますので、お子さんがいらっしゃる方は一緒に作ってみてはいかがでしょうか。

作り方

- ①酢飯を作ります。
 - ②半分に分け、片方にだけさくらでんぶを混ぜてピンクの酢飯にします。たくさん入れた方が濃いピンクになり、出来上がりがきれいになります。
 - ③全型の焼き海苔を6枚分は半分に、1枚は4切れに切ります。
 - ④卵焼きを作ります(味付けはお好みで。幅は切った海苔の幅、厚さは2cmくらいあるときれいな形で仕上がります)。
 - ⑤きゅうりを海苔の幅に切ります。
 - ⑥海苔に白い酢飯を薄く敷き、きゅうりを乗せます(海苔の手前からきゅうり1本分ほどあけたところにきゅうりを乗せましょう)。
 - ⑦巻きすを使って1周巻きます。
 - ⑧海苔にピンクの酢飯を薄く敷き、⑦を上に乗せて巻きすを使って1周巻きます。
 - ⑨包丁を水で濡らし、⑧を4等分に切ります(半分に切ったらきゅうりの面を上にして、更に半分に切るときゅうりの大きさが均等になります)。
 - ⑩巻きすに海苔を1枚と半分をごはんで張り付けます。
 - ⑪きゅうりの90°になっているところが外側になるように2つを並べます。
 - ⑫上に卵焼きを乗せ、残りの2つも同じようにきゅうりが外側に来るように乗せます。
 - ⑬面が4角になるので、四角くなるように巻いていきます。
 - ⑭外側にはみ出た酢飯は手を濡らして、中に押し込み形を整えます。
 - ⑮食べやすい大きさに切ります(包丁を水で濡らしてから切りましょう)。
- 卵の他にかんぴょうやカニかまぼこなどお好きなものを入れて下さい。

profile

健康運動指導士・管理栄養士 菅原 一子(すがはら いちこ)先生

認知症予防、転倒予防、口コモ予防、ポールウォーキングを初め、各種健康教室で運動指導・栄養指導を行なっております。
○趣味: スキー、読書、食べること。



平成29年度「職員総会」

2018年3月2日(金)



平成29年度の決算について矢津田事務局長より報告がなされ、また新年度に向けて、細川理事長より職員全員への訓示がありました。

この3月から、新体制構築による大幅な組織変更が行われ、組織図の発表が行われました。



平成30年度

「新入職員 入社式」

2018年4月11日(水)

本月より、新しい正職員が入社しました。

診療放射技師2名(内新卒1名)・管理栄養士1名(新卒)・事務系3名で合計6名のNew Faceです。4/11 協会内において入社式が行われ、理事長からの辞令通達後、新入社員がそれぞれ抱負を語ってくれました。

在籍職員らはこれまで以上に襟を正して、後輩への良き指導・手本となるべく気を引き締めて・・・の臨席となりました。



access



地下鉄をご利用になる場合

地下鉄桜通線『中村区役所』④番出口より南へ徒歩5分

バスをご利用になる場合

○名鉄バス

中村区役所(西)下車→「太閤通3」交差点を南に徒歩5分

□市バス

中村区役所下車→「太閤通3」交差点を南に徒歩5分

黄金中学校前(栄24系統)下車→「黄金通2」交差点を北へ徒歩1分

お車の場合

黄金橋(陸橋)を北進すると左手にございます。

※お電話でお気軽にお問い合わせください。

※駐車場は裏手にございます。

P 駐車場有り 「15台無料」
数に限りがありますのであらかじめご了承ください。

 一般財団法人 **公衆保健協会**

附属診療所・登録衛生検査所・集団検診センター

〒453-0804 名古屋市中村区黄金通二丁目45番地2

健康診断のお申込・お問合せは

 **0120-927-953**

E.mail : info@hoken-k.or.jp

お電話受付時間

平日

9:00~17:00

公衆保健協会

検索 