

あおぞら

2026年 7月 No.109



シニアグランドホーム

ブルーメンハイム・トーホー

～花の中にある家～



医療法人社団三思医光会 法人理念

昨日を反省し 今日を考え 明日に備える

そして優しさの中で行動する

食中毒に必ず注意ください！

気温が高い日が続き、食中毒に注意しなくてはならない時期になりました。

食中毒とは原因となる細菌やウイルス、毒素が付着した食品を食べてしまい、腹痛・

下痢・嘔吐・発熱などの健康被害が起こる病気のことです。

食べた後しばらく（数時間〜数日）経ってから症状が出ることが多いです。

家庭での食中毒予防は、食品を購入してから調理して食べるまでの過程で、細菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」を実践するポイントが6つあります。

1. 買い物

- ・消費期限などを確認する
- ・肉や魚などの生鮮食品や冷凍食品は最後に買う
- ・肉や魚などは汁が他の食品につかないように分けてビニール袋に入れる
- ・寄り道をしない

2. 家庭での保存

- ・冷蔵や冷凍の必要な食品は帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に保管する
- ・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保ち、物を詰め過ぎない

3. 下準備

- ・調理の前には手を洗う
- ・包丁やまな板は肉、魚、野菜で使い分ける

- ・冷凍食品の解凍は冷蔵庫や電子レンジを利用し、自然解凍は避ける
- ・使用後の調理器具は洗った後、熱湯をかけたり台所用漂白剤を使用し殺菌する

4. 調理

- ・肉や魚は十分に加熱する（中心部を75℃で1分以上の加熱が目安）

5. 食事

- ・食べる前に手を洗う
- ・作った料理は長時間室温に放置しない

6. 残った食品

- ・清潔な容器に保存する
- ・温め直す時も十分に加熱する
- ・時間が経ち過ぎた物は思い切って捨てる
- ・ちよつとでも怪しいと思ったら食べずに捨てる

食中毒かなと思ったら、早めに医師の診断を受けましょう。嘔吐や下痢の症状は、原因物質を排除しようという体の防御反応です。

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ましょう。



Renewal



花と緑にあふれた
玄関。芝生に置か
れた椅子に座って
ひと休み。



1階ロビーのメニ
ーボード。気になる
お食事内容もこれで
一目瞭然♪



各階の渡り廊下に
ソファを設置。一
人時間にも家族と
の面会にもぜひ。

Event & Volunteer



～施設内研修～

5月に行われた研修の様子です。
介護施設では、法律に基づいて職員全員が研修に参加する必要があります。
今後も入居者の皆様が安心して生活できるように研鑽に取り組んで参ります。



標準予防策とは

全ての人のに対して標準的に行う感染対策の事

目的

血液やその他の体液への接触を最小限にすること

血液、汗を除く体液、粘液、損傷した皮膚を感染の可能性が
あるものと考え取り扱う

手洗いと個人防護具装着の対策がある

自然災害対応クイズ

少し考えてみましょう。

- 第1問 地震発生時、まず確保すべき場所はどこでしょうか？入居者の安全確認と共に必要があります。
- 第2問 停電に備え、医療機器の動作確認を定期的に行っておくべき電源は何でしょうか？
- 第3問 災害発生から、初動対応として最も重要とされる時間は「何時間以内」とされていますか？
- 第4問 食料・水・薬品などの備蓄は、最低でも何日分を目安に確保しておくべきでしょうか？
- 第5問 災害発生直後、人員の安全を確認するために行うべきことは何でしょうか？

次亜塩素酸ナトリウム希釈液

0.05%以上の次亜塩素酸ナトリウム液の作り方

次亜塩素酸ナトリウム希釈液は手が散れやすい場所を中心に使う事が重要です。
拭き掃除や環境消毒に効果的。
スプレーボトルを使用の際は、直接噴霧ではなく布やペーパーに含ませて拭くようにしましょう。

嘔吐物・排泄物の処理を行う場合
ノロウイルスなどの感染症が疑われる場合、目に見えないウイルスが周囲に広がっている可能性があるため適切な濃度の処理が必要。
一般的には
0.1%濃度に薄めた次亜塩素酸ナトリウムが目安。
水1Lに対し原液20ml前後を加えるとこの濃度。

対象物	原液名	希釈方法
床	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
キッチンシンク	キッチンハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
洗面台	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
トイレ	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
風呂	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
洗濯機	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
排水口	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
換気扇	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
エアコン	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
冷蔵庫	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
洗濯機	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
排水口	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
換気扇	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
エアコン	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)
冷蔵庫	ハイター	水1Lに原液20ml、(希釈後の容量1.2L)

介護施設におけるBCP策定の主な目的

災害や感染症などの緊急事態が発生した際に、「入居者」「職員」「施設」を守り、必要なケアを継続することにあります。

- 入居者様を守る 提供しているケアを途切れさせないようにし、避難準備や安全確認を通じて安全な環境を確保することが目的です。
- 職員を守る 緊急時の役割分担を明確に定義し、職員が迷わず動けるよう安全な行動基準を示すことで、職員自身の安全と業務遂行を支えます。
- 施設を守る 被災した業務を早期に復旧させ、福祉サービスを維持することで、地域社会への責任を果たすことを目指します。

BCPは、単に計画を立てるだけでなく、平時からの備蓄や訓練、地域連携を通じて、これらの目的を実効性のあるものにする事が重要とされています。

発行年月日：令和8年7月吉日
(年間随時発行)

発行責任者：早川 亮

発行所：シニアグランドホーム
ブルーメンハイム・トーホー

所在地：〒379-2301

群馬県太田市藪塚町 3446-1

Tel 0277-78-7551

Fax 0277-78-7556

編集者：あおぞら編集委員会



～編集後記～

過ぎしやすい時期はあっという間に過ぎ去り、梅雨明ければ長い長い夏の到来です。喉の渇きを感じる前に水分をとりましょう。外出の際は比較的涼しい時間帯を選びましょう。夏の車内はとても高温になります。食べ物はもちろん、小さなお子様を乗せたままにすることは絶対にやめましょう。暑い時期は水の事故も多くなります。海や川へお出かけの際は家族で声を掛け合えるといいですね。
(あおぞら編集委員 関)