

SHINTO ニュース 7月号

医療法人創起会 くまもと森都総合病院

令和2年7月1日発行

(2ヶ月に一度発行します。)

SHINTO ニュースについて

- ・当院では、広報活動のひとつとして外来などに来院された患者さん、ご家族の皆様に広く当院の情報や医療の情報などについてお知らせするため、5月より本誌を発刊いたしております。
お気軽にお取りいただき、御拝読いただければと考えております。



当院の栄養管理科からのお知らせ

～食中毒予防の3原則 「つけない」「増やさない」「やっつける」～

食中毒は食品や容器を介して体の中に入った食中毒菌が引き起こします。食中毒菌がいても見た目や臭いは普通の食品とほとんど変わらないことが多いので注意が必要です。

これから気温が上昇し湿度が高くなる季節は、食中毒菌にとって快適な時期、増殖の機会を虎視眈々と狙っています。食中毒の被害に合わないよう3つのことを守りましょう。

① 菌をつけない！

調理をする前や生の肉や魚、卵を取り扱う前後ではしっかり手を洗いましょう。

まな板や包丁、調理器具などはしっかり洗って使用しましょう。

② 菌を増やさない！

菌を増やさないために、料理は早めに食べましょう。また残った料理は常温に放置しないで冷蔵庫や冷凍庫で保存しましょう。

菌が増殖する温度帯は10℃～45℃、特に30℃～37℃は増殖がパワーアップする温度帯なので注意が必要です。冷蔵庫は過信しないでください。

③ 菌をやっつけましょう！

肉や魚は中心までしっかり加熱しましょう。お惣菜は再加熱すると安心ですね。



七夕について

七夕について述べさせていただきます。

七夕伝説の起こりは中国であり、元来、中国の織女（しょくじょ）牽牛（けんぎゅう）の伝説と、裁縫の上達を願う乞巧奠（きこうでん）の行事が混ざり合って伝えられたものといわれています。

では、織女牽牛伝説をご紹介します。

むかし天帝という神様が星空を支配していた頃、天の川の西岸に、織女という天帝の娘が住んでいました。織女は機織り（はたおり）が大変上手で、彼女が織った布は雲錦と呼ばれ、色も柄も美しく、丈夫で着心地も軽い素晴らしいものでした。

一方、天の川の東岸には、牛飼いや青年、牽牛が住んでおりました。牽牛は、毎日、天の川で牛を洗い、おいしい草を食べさせたりと、よく牛の面倒をみる働き者でした。

天帝は、くる日もくる日も、働いてばかりいる娘を心配して、娘の結婚相手を探すことにしました。そして、天の川の向こう岸に住む牽牛を見つけ、2人を引き合わせ結婚しました。

ところが、一緒に暮らすようになると、2人は朝から晩まで天の川のほとりでおしゃべりばかりをしています。これを見た天帝は、2人に働くように戒めるのですが、いつになっても仕事をしませんでした。業を煮やした天帝は、2人を引き離し、1年に1度、7月7日の夜だけ天の川を渡って会うことを許したということです。この話が現在も伝説として伝えられています。



頭の体操コーナー

- ここからは頭の体操を行うコーナーです、是非参加してみてください。

（初級編）

- 1、かけたり、たったり、つぶしたりするものは何ですか？
- 2、黒い犬と白い犬がいます、おとなしく全く吠えない犬はどちらですか？

（中級編）

- 1、1日には2回、1年には1回しかないものとは何？
- 2、知らんぷりして食べるパンは何？
- 3、9つの色があるという食事はさて、それは何？

- 初級編、中級編と回答できましたでしょうか。
回答は本誌の下の方にありますのでご覧ください。

解答（初級編1 時間、初級編2 黒犬（黙す）、中級編1 ち、中級編2 むしパン、中級編3 給食）