

# 愛心便り 5-6月号

**安全な在宅生活は愛心で安心！！**

## 愛心訪問リハビリテーション

新年度がはじまって、はや1カ月が経ちました。新しい生活にも慣れたころでしょうか。

さてもうすぐ梅雨入り。梅雨の時期は食中毒が起こりやすい時期です。今回はお弁当作りの注意点をあらためて確認していきましょう。

### ☆食中毒を予防するお弁当作りのコツ☆

**手洗い:** アクセサリー等は外して、石鹸で手洗いをしましょう。

**弁当箱:** パッキン等を外して洗いましょう。

**加熱:** 食材の中心部まで加熱しましょう。

★目安は肉:75度で1分以上 魚介:65度で1分以上加熱

**冷ます:** 温かいまま詰めると菌が繁殖しやすいです。料理はしっかり冷ましましょう。

**保冷剤:** 保冷剤を使いましょう。目安として室温管理の時は2時間以内に食べましょう。

**妙な臭い、酸っぱい等の違和感には注意！**

～ご挨拶～ よろしくお願ひいたします。

作業療法士の高田萌美です。今年1月から湘南鎌倉総合病院より異動となり愛心訪問看護ステーションで勤務しております。今までは入院している方のリハビリを担当させて頂いていました。訪問リハビリでは、お家でその人がその人らしく生活できるように、皆さんと一緒に考えながらサポートしていきたいと思ひます。是非、よろしくお願ひいたします。

理学療法士・作業療法士が  
それぞれのお宅にお伺ひして  
支援します



**訪問リハビリで在宅生活をサポート！**

### 【愛心訪問看護ステーション】

〒247-0066 鎌倉市山崎 1202-1  
電話:0467-45-0467 FAX:0467-45-8863  
営業日:月～金(祝日含む)  
訪問エリア:鎌倉市、横浜市栄区一部

### 【愛心訪問看護ステーション葉山支所】

〒240-0111 三浦郡葉山町一色 1746-2  
電話:046-864-0010 FAX:0467-876-3847  
営業日:月～金(祝日含む)  
訪問エリア:逗子市、葉山町

#### 1 回のリハビリ提供時間:

介護保険をご利用の方: 40分 または 60分

医療保険をご利用の方: 30分以上～60分未満

**利用者様第一の丁寧な対応を心掛けています！  
ご利用をご希望の方、ご相談などがありましたら、  
御気軽にお問い合わせ下さい。**

空き状況は随時変動があります。  
訪問看護・リハビリのご希望があれば右記まで  
ご連絡ください。