



e-care 通信



Vol.181
2026年6月



Cover Spot

【下田市】下田公園



下田港を見下ろす広大な「下田公園」は、静岡を代表するあじさいの景勝地です。

6月の園内は群生する約15万株のあじさいが満開を迎え、色鮮やかな花々と青い海との美しい対比を確認できます。自然豊かな遊歩道からは、歴史あるペリーロードや下田の街並みを一度に展望できます。初夏の風が心地よいこの時期は、屋外での散策や休憩に適しており、多くの人が足を運ぶ憩いのスポットです。

りなの森

フルーツ寒天



日増しに暑くなり、初夏の陽気を感じる季節となりました。そんな暑い日にぴったりな、フルーツ寒天をおやつに提供しました。ひんやりとしていて水分も一緒に摂取できるため、これからの季節にぴったりなおやつです。本格的な夏に向けて、熱中症対策を万全にしながら元気に過ごしてまいります。



フローレンス富士の郷

笑顔のランチ

先日の昼食に、皆様が大好きなカレーライスが登場しました。厨房スタッフが工夫を凝らしてペーストで可愛いキャラクターを丁寧に描いてくれました。見た目にも楽しいお食事を前にして、皆様とても嬉しそうな表情をされています。カレーパンマンのように今日も元気にいきましょう！美味しく食べて笑顔で過ごされる姿に、私たちスタッフもたくさんの元気をもらっています。

6月の飾り

もうすぐ梅雨の時期になり、台風も近づいていますね。この季節ならではの彩りを施設でも楽しもうと、ご利用者の皆様と手芸レクリエーションに取り組みました。写真は、器用なI様が丁寧に作ってくださった紫陽花です。小さな折り紙を沢山作り、重ねて大ぶりの花に見せています。I様の抜群の集中力と器用さには、いつも本当に驚かされます。



完成した作品は、さっそくフロアのコルクボードに飾らせていただきました。紫陽花とともに可愛いカエルやカタツムリたちが、フロアを楽しく賑やかにしてくれています。雨の日が続くこれからの季節も、この素敵な手作り作品を見ながら、皆様と穏やかで楽しいひとときを過ごしていきたいと思います。

フローレンス川島田



笑顔あふれる誕生日！

5月は多くのご利用者様が記念すべきお誕生日を迎えられました！皆様それぞれの特別な日をお祝いし、ご希望のケーキをご用意。久しぶりの甘いスイーツを前に、フロアにはたくさんの笑顔が溢れました。「美味しいね」と喜ぶお姿や、早くも来年の誕生日に想いを馳せる微笑ましい一幕もあり、温かい時間に包まれた5月。これからも皆様が元気いっぱいに笑顔の日々を過ごせるよう、心を込めてサポートしてまいります！

百合の香りに包まれて

ある日の夜、食堂でT様が熱心にお花の手入れをされていました。職員が持ってきてくれたというその花は、とても綺麗で可愛らしい百合の花。翌朝出勤すると、食堂いっぱいに百合の優しい香りが広がっており、朝からとても清々しく幸せな気持ちに包まれました。美しい見た目と素敵な香りで、私たちの目と鼻を存分に癒やしてくれている百合の花。フロアに温かい彩りと癒やしを添えてくれる、素敵なひとときとなりました。



目指せカラオケ大会！

食堂から楽しげな歌声が聞こえ覗いてみると、職員が流す音楽に合わせてS様が歌われていました。普段デイサービスでカラオケを楽しんでいるS様。私たちの知らない一面に驚いていると、その素敵な歌声に引き寄せられ、周囲に利用者様や職員が集まってきました。皆様の手拍子に合わせ、最後はとても気持ち良さそうに歌い切ってくださったS様。フロアが一体となった温かい時間を受け、「いつかカラオケ大会がしたいね」と夢が広がる一幕でした。



イー・ケア座間

子供の日！手作り兜

5月5日の「こどもの日」に、フロアで利用者の皆さんと一緒に新聞紙で兜（かぶと）を作りました。皆様それぞれ手先を動かしながら、兜を折り進めていらっしゃいました。完成したあとは、その兜を頭にかぶって順番に記念写真を撮影しています。手作りの兜を囲みながら、みんなで端午の節句を過ごす機会となりました。今後も季節を感じられるようなレクリエーションを企画し、皆様と取り組んでいきたいと思っています。



母の日の贈り物

5月の「母の日」に、日頃の感謝を込めてお祝いを行いました。当日は、ご家族から皆様の元へ色鮮やかなカーネーションが届き、大変喜ばれていました。ご家族からの温かいプレゼントを手に、皆様とても嬉しそうな表情で記念撮影を楽しまれていました。離れて暮らしていても家族の絆を感じられる、温かい母の日となりました。これからも皆様が笑顔で過ごせるよう、日々のサポートを続けてまいります。



近隣へお散歩

5月に利用者の皆さんと近くの公園までお散歩に出かけました。当日は天気が良く、初夏の風を感じながら新緑の景色を楽しんでいただきました。外の空気を吸って良い気分転換になったようで、皆さんののんびりとした表情で過ごされていました。季節の変化を肌で感じられるお散歩は、心も体も元気になりますね。これからも天気の良い日には、積極的に外へ出かける機会を作っていきたいと思っています。





今月のテーマは…

食中毒予防 ～後編～

食中毒の原因となる細菌やウイルスは目に見えず、私たちの周りの至るところに潜んでいます。特に生の肉や魚には細菌やウイルスがついているものと考えましょう。

また、自分の手にも細菌やウイルスがついていることがあり、その手で食材や食器に触ると汚染が広がってしまいます。今月は、食中毒予防の原則についてお話ししていきます。

<食中毒予防の原則は？>

食中毒の原因菌は

「つけない」「増やさない」「やっつける」

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、次のようなときは、必ず手を洗いましょう。

- 調理を始める前
- 生の肉や魚、卵などを取り扱う前後
- 調理の途中で、トイレに行ったり、鼻をかんだりした後
- おむつを交換したり、動物に触れたりした後
- 食卓につく前
- 残った食品を扱う前

また、生の肉や魚などを切ったまな板などの器具から、加熱しないで食べる野菜などへ菌が付着しないように、使用の都度、きれいに洗い、できれば殺菌しましょう。

加熱しないで食べるものを先に取り扱うのも1つの方法です。

焼肉などの場合には、生の肉をつかむ箸と焼けた肉をつかむ箸は別のものにしましょう。

食品の保管の際にも、他の食品に付いた細菌が付着しないよう、密封容器に入れたり、ラップをかけたりすることが大事です。

増やさない＝低温で保存する！

細菌もウイルスも目には見えない小さなものです。細菌は温度や湿度などの条件がそろって食べ物の中で増殖し、その食べ物を食べることにより食中毒を引き起こします。

一方、ウイルスは、細菌のように食べ物の中では増殖しませんが、

食べ物を通じて体内に入ると、人の腸管内で増殖し、食中毒を引き起こします。

また、ウイルスは低温や乾燥した環境中で長く生存します。

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。

ふきんやまな板、包丁などの調理器具にも、細菌やウイルスが付着します。

特に肉や魚、卵などを使った後の調理器具は、洗剤でよく洗ってから、

熱湯をかけて殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も効果的です。

ウイルスの場合は、調理場内へウイルスを「持ち込まない」、「ひろげない」ことが重要です。

<細菌やウイルスの付着を防ぐ正しい手の洗い方>

手に付着した細菌やウイルスは、水で洗うだけでは取り除けません。指の間や爪の中まで、石けんを使って正しい方法で手を洗いましょう。

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのばすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

出典：政府広報オンライン「食中毒予防の原則と6つのポイント」

(<https://www.gov-online.go.jp/article/20110602/entry-8196.html#secondSection>)

住宅型有料老人ホーム

フローレンス南箱根

静岡県田方郡函南町
平井1690-37
TEL:055-974-1323



りなの森

静岡県沼津市
大諏訪234
TEL:055-952-7770



フローレンス新富士

静岡県富士市
宮島993-1
TEL:0545-64-2827



フローレンス富士の郷

静岡県富士宮市
万野原新田4068-9
TEL:0544-58-9605



フローレンス川島田

静岡県御殿場市
川島田796-1
TEL:0550-84-7099



デイサービス

わくわくデイサービス富士宮

静岡県富士宮市ひばりが丘884
TEL:0544-66-9170



デイサービス イー・ケア中里

静岡県富士市中里172-7
TEL:0545-32-6653



グループホーム

イー・ケア中里

静岡県富士市中里172-7
TEL:0545-32-6654



イー・ケア座間

神奈川県座間市栗原中央3-10-1
TEL:046-257-1226



訪問介護事業所

[函南町]

ポプラ訪問介護ステーション南箱根
TEL:055-974-1323

[沼津市]

ポプラ訪問介護ステーション沼津
TEL:055-924-3871

[富士宮市]

ポプラ訪問介護ステーション富士宮
TEL:0544-66-9170

[御殿場市]

きらら訪問介護ステーション
TEL:0550-88-8611

[富士市]

わくわく訪問介護ステーション富士
TEL:0545-30-7158

居宅介護支援事業所

[沼津市]

あおい居宅介護支援事業所
TEL:055-924-3871

[富士市]

あおい居宅介護支援事業所富士
TEL:0545-30-7158

株式会社イー・ケア

〒410-0055

静岡県沼津市高島本町16-16 高島本町ビル2階

TEL:055-924-5218 FAX:055-926-6730

URL:<https://www.e-care.co.jp/>

入居相談・施設見学予約受付中！

0120-968-758

HPからも資料請求ができます。
お気軽にお問合せください。

