

# ★センターだより 第51号



東海医療学園総合臨床センター  
TEL: 0557-86-3000



## 食中毒の予防対策

早いもので6月となりました・・・梅雨の影響で過ごしにくくなると同時に、“食中毒”の季節でもありますね。

そこで今回は食中毒の予防対策についてお話ししようと思います。

この時期は、夏に向かって気温が上昇し、雨によって温度が高まるためカビが発生しやすくなり食べ物が傷みやすくなります。

まず、予防対策として「生食に気をつけること」「しっかり加熱をすること」はご存知かと思いますが、手洗いも大切なことの一つです。あとは、調理器具を清潔に保つことも欠かせません。ちなみに調理器具は、食器洗剤で洗った後に再度熱湯をかけると消毒効果がアップします。

そして、何より自身の身体のケアも大切です・・・普段の生活で、できるだけ疲労やストレスをためず、また十分な睡眠を取るようして消化器系の働きを高めるよう努めましょう☆



## “鍼灸治療”という名の魔法



こんにちは、受付の遠藤です。

以前、患者様からこんな事を言われました。

「痛くて仕方なかったのに、鍼をしてもらおうと楽になるのよ。」「ここに来ると、魔法をかけられたみたいに痛みが治まるんだよ。」

そう嬉しそうに話す患者様の笑顔を見て、私まで暖かい気持ちになりました。

私も鍼灸治療してもらう度に、痛みや症状が緩和されるのであまりの変化に「魔法みたい!」と思うことがあります。根っからの冷え性でしたが、治療していくうちに少し解消された気がします。治療だけではなく他の事にも気を付けて生活していましたが、やはり治療の効果は大きいと思います。そもそも鍼灸治療は“自然治癒力”を高める東洋療法といわれています。

「“鍼は痛そう”“お灸は熱そう”と思ってはいるけど・・・やってみたい!」という方は是非試してみたいはいかがでしょうか?

私事ですが、皆様にお伝えしたい事があります。

7月20日をもちまして退職することになりました。

患者様を元気にする・癒すというセンターの架け橋でありながら、私自身が皆様から元気ももらい、癒していただきました。

本当にありがとうございました。

今後も東海医療学園総合臨床センターを宜しくお願い致します。



遠藤 美佳

### — お知らせ —

#### ◇前田先生 休診のおしらせ◇

下記日程につきまして、トレーナーとして帯同のため、誠に勝手ながら休診とさせていただきます。



6/23(土) 全日本テニス選手権C予選 兼 国体選手一次選考大会に帯同

6/30(土) 国体選手二次選考大会、国体少年選手選考大会に帯同

#### ◇6月の休診◇

3日、10日、17日

24日

#### 遠藤 美佳 (えんどう みか)

出身地：静岡県 伊東市

好きな事：お菓子づくり、温泉めぐり

好きな食べ物：「さわやか」のハンバーグ

好きな人：櫻井翔(嵐)

