

## 気をつけよう！魚の寄生虫による食中毒症状

食中毒と言うと、蒸し暑い梅雨の時期から夏のものと思いがちですが、細菌やウイルスだけが原因ではありません。例えば、魚に寄生している虫が原因で起こる食中毒もあります。魚の食中毒の原因で一番多いのはアニサキスですが、他にもクドアによる食中毒も報告されています。今回は「アニサキス症」についてお話しいたします。

### 【アニサキスの特徴】

色	半透明白色
大きさ	体長2センチメートルから3センチメートル位。魚に寄生しているアニサキスは幼虫である。
寄生場所	主に内臓表面だが、筋肉にも寄生する。 サケやマスでは腹部の筋肉内に多く見られる。
特徴	渦巻状になっていることが多く、また半透明粘膜の袋（シスト）に入っているものもあります。



### 【ヒトへの影響】

アニサキスの幼虫は、ヒトの体内では成虫になれないので通常排泄されますが、魚を生で食べた時、まれにヒトの胃や腸壁に進入します。すると、多くが8時間以内に、主な症状とする激しい腹痛が生じます。吐き気・おう吐・ジンマシンなどの症状を伴う場合もあります。

これらの症状は、胃けいれん、胃潰瘍、虫垂炎などの症状と類似しているため、医師の診断を受けてください。

### 【寄生している主な魚介類】

サバ・サケ・ニシン・スルメイカ・イワシ・サンマ・ホッケ・タラ・マス（なお、アニサキスの寄生した生餌を与えていた場合を除き、養殖魚には、アニサキスの寄生はほとんど認められていません）

### 【予防方法】

- ・加熱調理が最も有効です。
- ・マイナス20℃で24時間以上（中心部まで）、凍結すると死滅しますが、通常の料理で用いる程度のワサビ、醤油、酢などではアニサキスは死にません。
- ・内臓の生食をしないでください。
- ・魚介類を生食する際には、より新鮮なものを選び、早期に内臓を除去し、低温（4℃以下）で保存してください。

暑い夏、キンキンに冷えたビールとヒラメの刺身。そして、しばらくすると私の大好きなサンマの塩焼きが美味しい時期になります。皆さまも魚の寄生虫には十分注意して美味しくお召し上がりください。

（文責：所沢ロイヤルの丘短期入所生活介護事業所 所長 中園 文子）

（参考資料）[www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shokuhin/musi/01.html](http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shokuhin/musi/01.html)（東京保健福祉局：食品衛生の窓）

## 職員紹介



昨年10月よりデイケアで勤務しています、石田 栄子と申します。入職して約9ヶ月になりますが、まだまだ勉強の毎日で先輩方に助けて頂いています。ご利用者様とのコミュニケーションはとても楽しく、皆さんの笑顔を見ると、とても幸せな気持ちになります。これから暑い日々が続きますが、夏バテしないように頑張りたいと思います。宜しくお願い致します。

デイケア 介護職員 石田 栄子



5月1日付けで吉祥寺南病院より異動してきました、ケアワーカーの藤井 亨です。よろしくお願ひ致します。病院勤務が長く、施設での仕事は初めてで不安だらけですが、スキルアップを図り、より良い介護職員として働いていけたらと思います。

2階 介護職員 藤井 亨



初めまして阿部 功と申します。埼玉の北部、深谷市と秩父市の間あたりの寄居町から入間市へ引っ越してきました。引っ越してきたばかりで、この地域の事はあまり詳しくないので、色々教えてくださいたいと思います。以前は、サービス付き高齢者専用賃貸住宅という所で働いていました。色々ご迷惑を掛けるかと思いますが、どうかよろしくお願ひします。趣味は、映画鑑賞、スポーツ鑑賞とゲームなどです。

3階 介護職員 阿部 功



6月1日に入職しました、5階ケアワーカーの森 美代子と申します。以前はグループホームに勤めていました。老健は初めての施設なので、色々な事を学んでいきたいと思っています。よろしくお願ひ致します。

5階 介護職員 森 美代子



## 1階 ひまわり畑作成

夏も本番を迎えました。暑いといえば夏、夏といえばひまわりと言うことで大きなひまわり畑を作成しました。型紙大、中、小に合わせて折り紙に型を取り、型どおりにはさみで切り抜きました。

奥行きを出す為に前面に大きなひまわりを貼り、真ん中に中くらいのひまわりと、一番奥に小さいひまわりを利用者さんとアイディアを出しながら協力して作りました。

デイケア 介護職員 堀内 智洋



## 4階 100歳誕生日会

6月22日、ご利用者様の100歳のお誕生日会を皆で盛大に行いました。

ご家族様もお招きし、はじめに職員の歌と踊りを披露し、手作りのフルーツ★パンチ！で乾杯をしました。ご本人様へはお誕生日ケーキを、利用者の皆様にはおやつプレートでおもてなしをしました。賞状や花束、プレゼントも贈呈し、ご本人様もご家族様にも大変喜んでいただけました。

4階 介護職員 市川 直美



## 2階 公園でお菓子パーティー



2階 介護職員 小森 陽子

6月15日(木)にロイヤル病院脇の公園でお菓子パーティーをしました。黒糖ふ菓子、お煎餅、食べるラムネと飲むラムネなど、昔なつかしい駄菓子を召し上がり、とても喜んでいただきました。

天候にも恵まれ、久しぶりの外出で「風にあたって気持ち良かった」と、皆様とても良い笑顔で楽しいひと時を過ごすことが出来ました。

## 5階 父の日、母の日



5月6日に行事として「父の日母の日」を行いました。ささやかですが利用者様にプレゼントと、昨年の丘まつりから5階で行なっている応援団を披露させていただきました。利用者様の沢山の笑顔と、喜びのお言葉をいただきました。今後も笑顔があふれる行事を行なっていきたいと思います。

5階 介護職員 穂本 高浩

## 3階 二人羽織り行事



6/10(土)行事で2人羽織りを行いました。「2人羽織りって何だろうっ」と思ったご利用者様が多く、実際に職員がやって見せると、すぐに思い出したご利用者様が沢山いました。笑って楽しく2人羽織りを見て頂きました。

その後は…3階はワムタウン学術発表会で1位を獲得することができたお祝いとして、ご利用者の皆様にお寿司を食べていただきました。思いがけないお寿司に、皆さん笑顔で美味しいと召し上がっていました。

3階 介護職員 田淵 美穂

## 6階 七夕と、父の日

6月23日に、一足遅れの父の日の行事をしました。

当日の男性利用者は10名。普段女性利用者のにぎやかさの影に隠れがちな男性利用者が、今日は主役です！プレゼントに靴下を用意し、お茶とお菓子を食べながら父の日をお祝いしました。プレゼントを手に写真をパチリ。皆さん、少し照れたような表情で写真に納まってくださいました。

7月になり、エレベーターホールに七夕の飾り付けをしました。それぞれ願いごとを書いた短冊を飾りました。

6階 介護職員 有澤 千鶴



## 今の特集 茅の輪くぐり



6月の終わりに、所沢駅から徒歩で6分の所沢新明社に行ってきました。夏至から6月30日までの間は茅の輪というものがあり、左・右・左と3回くぐると、ここ半年間についてしまった悪いものを払ってくれるそうです。当日は夕方の涼しい時間帯ということもあり、多くの方が参拝され茅の輪をくぐっていました。参道には紫陽花が咲いていて、落ち着いた雰囲気は漂っていました。新明社は航空発祥ゆかりの神社として有名です。「飛行機と空の安全」に関する神社としても、多くの方が参拝しているそうです。これからの季節、暑さを凌ぎ涼がとれる様に、境内に風鈴をならべて響かせる風鈴奉納祭も行われます。関東のお伊勢さんと言われている所沢新明社、1度行ってみたいはいかがでしょうか？

デイケア 介護職員 穂苺 薫