

大船渡久名畑広報

[8月は葉月]

今月はお盆の月ですね。大震災から早1年5ヶ月に入ります。皆さんも頑張ってくださいね。

これから夏に入り暑さも日増しに強く感じられると思いますのでお体には十分気をつけて下さい。



学名「山ホタルブクロ」

熱中症の予防

には「水分補給」と「暑さを避けること」が大切です。

- 水分、塩分補給
- 熱中症になりにくい室内環境
- 体調に合わせた対策
- 外出時の注意

エアコンを使わずに我慢していると熱中症につながる恐れがあります

食中毒予防の

三

原

則

清潔 細菌を付けない！
食品の取扱いを清潔にしましょう

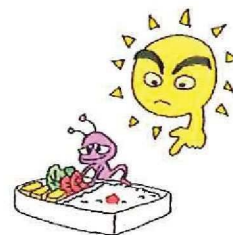
- 調理前の手洗い
- 調理器具の洗浄消毒
- 台所の清掃、整理整頓など



迅速
細菌に増殖する時間を与えない！

- 速やかに調理
- できるだけ早く食べる

4時間以内できれば2時間以内



加熱又は冷却
細菌を増やさない！増えた細菌はころす！

- 食品の保存は10℃以下で。ただし、過信は禁物
- 加熱する食品は十分加熱中まで熱を通す



※「花いっぱい運動」仮設住宅に華添える！慈愛福祉学園の方から寄贈です。各自プランターにお水をやりきれいに咲かせましょう。

※7月中旬から新しく■■■■さんが支援員として談話室に常駐になりましたので宜しくお願い致します。