

松永病院デイケア通信

6月号

H・26・6・1発行

食中毒に注意しましょう！

食中毒を予防するための3原則

①洗う！

手にはさまざまな雑菌が付着しています。食事前には必ず石鹸で手を洗いましょう。

②増やさない！

菌の多くは高温多湿な環境で繁殖が活発になります。肉や魚などの生鮮食品やお惣菜などは、購入後、出来るだけ早く冷蔵庫に入れましょう。ただし、過信せず、早めに食べましょう。

③やっつける！

ほとんどの細菌やウイルスは加熱することで死滅します。肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べると良いでしょう。

まな板、包丁、布巾などの調理器具にも菌は付着しているので、洗剤でよく洗ってから、熱湯をかけて殺菌しましょう。

🍓 5月の報告 🍓

おやつ作り

こいのぼりのクレープとみたらし団子を作りました。みんなで作ったおやつは美味しかったですね。

NPO竹の会

演歌に、手品、日本舞踊と盛りだくさんの出し物に見入っておられました。心豊かなひとときを過ごしました。

カラオケ

演歌に、童謡、民謡などみんなで気持ち良く歌いました。

お誕生会

27日に5月生まれの方のお誕生会をしました。

なつメロ会

子供の頃の歌に懐かしそうに大きな声で歌われていました。

まちふれ倶楽部

手話ダンスに手品にフラダンスに楽しそうでした。

🍒 6月の予定 🍒

カラオケ 5、16、25日

おやつ作り 6、17日 お誕生会27日

明朗なつメロ会11日 まちふれ倶楽部19日

温泉風呂 2、3、4日 習字10、23日

あちらこちらで紫陽花の花が見られるようになりました。梅雨の時期を迎え、だんだんと気温、湿度とも高くなってきます。食中毒も発生しやすくなるので食品の管理には十分に気を付けましょう。



練りきりの体験実習を行いました。

ちょっと一言

のどの渇きを感じなくても 水分補給は小まめにしましょう。

