



一足早く梅雨入り



たけおか新聞



第21号

食中毒に注意！！ウエルシュ菌って??



大和中央公園にある花しょうぶ園

食中毒予防の三原則

1. 菌を「付けない」

こまめな手洗いを！！



2. 菌を「増やさない」

保存方法は大丈夫？



3. 菌を「やっつける」

加熱・殺菌処理を！！



六月になりました。例年よりも数日早い梅雨入りとなりましたが、体調管理もより気を配る時期でもありますね。

梅雨時期で特に重要となるのは、『**食中毒管理**』です。予防のポイントは上記に挙げているのが原則となります。食中毒に関して、最近ニュースなどで話題となっているのが、『**ウエルシュ菌**』です。

ウエルシュ菌による食中毒は、別名「**給食病**」とも呼ばれ、カレーや煮込み料理等、大鍋・大釜で大量に調理し、作り置かれていた食品を原因とした事故発生例の多い食中毒となります。一件当たりの患者数が多いことも特徴です。給食だけでなく、家庭などで一度に大量に調理し、作り置く場合は特に注意が必要です。ウエルシュ菌による食中毒を適切に予防して食中毒事故を防ぎましょう。

創作活動を楽しむ



私の最近の趣味となっているのが、木の实や枝、葉っぱなど自然の素材を活用した工作を楽しむことです。仕事の疲れや人間関係といった普段の様々なプレッシャーや悩みをいったん忘れて、ただただ自分と向き合い黙々と作業に集中する。これが癒しの時間にもなり、ストレス解消にもなります。

手先や頭を使う作業は、脳のトレーニングになり認知症を予防する効果が期待できるとも言われています。また、こうした創作活動は単調な日常生活の中の楽しみになり心の安定にも繋がると思いますよ。



巨大な松ぼっくりやアサリの貝などを
となりのトトロに見立てて作りました