



暑い日が続いています。
特に最近では猛暑が続く事もあり、
熱中症や夏バテに注意が必要です。

高温多湿な室内でも、**熱中症**のリスクが
あります。エアコンや扇風機を

使って室内の温度が高くなり過ぎない
様にしましょう。気付かないうちに
「隠れ脱水」を起こしているかもし
れません。体調の変化に気を付
けて暑い夏を乗り越えましょう。



8月の予定

- | | | | |
|--------|---------|------------|-----|
| 4日(金) | 14時30分～ | 移動販売とくし丸 | 2階～ |
| 7日～8日 | 9時00分～ | 理容サービスふらっと | |
| 11日(金) | 14時30分～ | 移動販売とくし丸 | 3階～ |
| 18日(金) | 14時30分～ | 移動販売とくし丸 | 4階～ |
| 25日(金) | 14時40分～ | 移動販売とくし丸 | 2階～ |

お盆前に**すっきり**しませんか？

今月の理容サービス「ふらっと」の
営業は**7日**と**8日**の**2日間**です。
皆様のご利用をお待ちしております。





気候の変化や乱れが多く、6月と7月には富山県にも大雨による大きな被害がありました。今後もご注意ください。

今月は、食中毒の予防のポイントについてお話をしたいと思います。

食中毒予防ポイント

- ◎食品は購入後、すぐ冷蔵（冷凍）庫に入れ適温で保管する。冷蔵庫には7割量程度までとする。
- ◎ラップの使用や手袋を着用し菌の付着を防ぐ。
- ◎肉や魚、卵などを触ったら、その都度手洗いをする。
- ◎生野菜と生肉、生魚のまな板を分ける。又は、使用後は包丁共々、洗浄後、熱湯消毒をして使用する。
- ◎調理したり、提供された料理は早めに食べる。
- ◎カレー、シチュー、煮物など余った料理は室温に放置せず、速やかに冷蔵庫で冷却する。再加熱する場合は、混ぜながら中心部まで十分に加熱する。
- ◎少しでも怪しいと思ったら食べずに捨てる。口に入れない。

食中毒予防の3原則

①つけない	②増やさない	③やっつける
<ul style="list-style-type: none">・調理前や調理中も小まめな手洗い・調理器具を清潔に	<ul style="list-style-type: none">・適切な温度で保管 ※冷蔵…10℃以下 冷凍…-15℃以下	<ul style="list-style-type: none">・食品の中心部まで十分に加熱。中心部を75℃で1分間以上

食中毒予防3原則を守ってしっかり予防しましょう！

詳しい情報や空室状況については、
社会福祉法人福鳳会のホームページをご覧ください。

