

みすみ だより

MI SUMI 第75号



令和 7 年 6 月
デイサービスセンター
みすみ発行
酒田市檜橋字大柳 1 番地 16
☎ 0234-52-3470



田植えも終わり、酒田祭りも過ぎ、季節は春から夏へと移り変わってきました。

6月に入ると梅雨の時期に入ります。ジメジメと湿気が多く、蒸し暑いこの時期は体調を崩しやすい時期でもあります。暑さにまだ慣れていないこの時期に、体調管理をしっかり行い、暑い夏に向けて身体の準備をしていきましょう。

6 月の目標



梅雨を元気に乗り切りましょう！

規則正しい生活で、体調を整えましょう



酒田祭りのお囃子が来たー！

5 月 19 日(月)



きた！きた～待ってたよ！



今年もありがとう！



毎年楽しみにしている酒田祭りのお囃子が今年もきてくれました。お天気も良く、みんなで見学できました。

お囃子を聞くと祭り気分盛り上がりますね！



待ってる時間もたのしみ～🌸





家庭での食中毒予防

食中毒は予防できます！



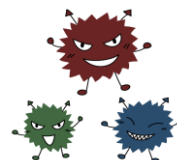
※食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。

◎細菌性食中毒予防の3原則

細菌による食中毒を予防するためには、

- ・細菌を食べ物に「つけない」
- ・食べ物に付着した細菌を「増やさない」
- ・食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」

という3つのことが原則となります。



◎ウイルス性食中毒予防の4原則

ウイルスはごくわずかな汚染によって食中毒を起こしてしまいます。

ウイルスによる食中毒を予防するためには、

- ・ウイルスを調理場内に「持ち込まない」
- ・食べ物や調理器具にウイルスを「ひろげない」
- ・食べ物にウイルスを「つけない」
- ・付着してしまったウイルスを加熱して「やっつける」

という4つのことが原則となります。

<食中毒を防ぐ6つのポイント>

- | | |
|----------|---------------------------------|
| 1 食品の購入 | 消費期限等を確認して購入 |
| 2 家庭での保存 | 冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎに注意 |
| 3 下準備 | ゴミはこまめに捨てる・まな板や布巾は清潔に |
| 4 調理 | 食品は十分に加熱する |
| 5 食事 | 食事の前は手を洗う |
| 6 残った食品 | 時間が経ち過ぎた物やちょっとでも怪しいと感じた物は捨てましょう |

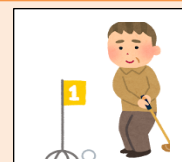


**衛生管理・加熱調理で
予防を！**

夏のレクリエーション大会を7月に予定しています。

今回はどんなレクリエーションなのか…お楽しみに！

ところで…昨年のレクリエーションは何をしたのかおぼえていますか？



ご利用日の変更や追加のご利用もできますので、ぜひご相談ください。
ご意見・ご要望をお待ちしております。



平田厚生会のホームページの新着情報に、「みすみでの様子」をアップしています！ どうぞご覧ください！

<https://www.hirata.or.jp/>

平田厚生会

