



〒955-0033 三条市西大崎2丁目4番10号
電話 0256-38-0091

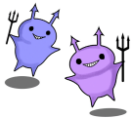
ホームページ <http://houtoku-fukushi.jp/>

E-MAIL [kokorotukusi-](mailto:kokorotukusi@houtoku-fukushi.jp)

早くも今年の半ばを過ぎました。新潟県も梅雨入りし、ジメジメした日が続いていますが、晴れ間にのぞく入道雲を見ると夏の訪れを感じます。気温も高くなってきていますので、適度な運動や水分補給、食事などに気を付けて元気に乗り切りましょう！

今月の目標

暑さに負けない！！



食中毒にご用心！！



梅雨の時期は、気温も湿度も上がり、食べ物が腐ったりカビたりしやすいです。体調が弱っていたりすると、ちょっとしたことでお腹をこわすこともあります。家庭でできる食中毒を防ぐための3原則を理解し、食中毒予防に努めましょう。

食中毒を防ぐための3原則は、食中毒原因菌を「つけない・増やさない・やっつける」です。ぜひ、実践してください。

3原則		
つけない	ふやさない	やっつける
<ul style="list-style-type: none">●手洗い・手袋の着用●器具を使い分ける●清潔な調理器具を使用する <p>肉や魚介類は専用の容器に入れましょう！</p>	<ul style="list-style-type: none">●低温で保存する●詰め込みすぎない(7割程度) <p>冷蔵室 10℃以下</p> <p>冷凍室 -15℃以下</p> <p>作ったら早めに食べましょう！</p>	<ul style="list-style-type: none">●中心部まで十分加熱●器具の消毒 <p>85～90℃ 90秒間以上</p> <p>消毒には熱湯や塩素系漂白剤が有効です！</p>

活動の様子

畑ではナス、ピーマン、トマト、絹さやが育っています。



あんみつ作り

6月16日から18日のお楽しみ会で、あんみつ作りを行いました。涼しそうな器に杏仁豆腐、寒天、みかん、さくらんぼ、あんこの代わりに一口大に切った羊羹を盛り付け、黒蜜ときな粉をかけて出来上がり！カラフルなシートを飾り、見た目も楽しいあんみつになりました♪また、あんみつを召し上がりながら、職員による紙芝居をご覧くださいました。



7月の行事予定

7月14日(水)、15日(木)、16日(金)の3日間、お楽しみ会を行います。内容は小物作りです。夏らしく可愛い小物を作る予定です、お楽しみに！



避難訓練を行いました

6月25日(金)に火災を想定した避難訓練を行いました。訓練とはいえ、警報音や職員の大声にびっくりした様子でしたが、迅速・安全に避難して頂くことができました。

