

日頃から、介護事業所つぐみを御利用くださいます、ありがとうございます。

相馬野馬追も終わり、入梅の候となりました。

梅雨の時は低気圧のことが多く、自律神経が乱れ、だるさや眠気を感じます。

曇りや雨の日でも太陽の光は地上に届くので、朝はカーテンを開けて光を浴びるようにしましょう。

利用者の皆様には、1日3食しっかり美味しく食べて、  
リズムの良い生活が送れますようサポートさせていただきます。



## コラム



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。

調理者はもちろんのこと、調理場全体が細菌やウイルスに汚染されていないことが重要です。

次の原則を守り、梅雨の時季を安全な食生活で健やかに暮らしましょう。

### 細菌性食中毒予防の3原則

- ・ 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**」

### ウイルス性食中毒予防の4原則

- ・ 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**」



### 訪問介護サービス受入可能状況

◎余裕あり

○受入可能

	月	火	水	木	金	土	日
午前	○	○	◎	◎	○	要相談	要相談
午後	○	◎	◎	◎	○		

身体介護・家事援助の、ご依頼をお待ちしております

福島県相馬市中村字桜が丘 149 番地の 2 2F



介護事業所 つぐみ

TEL : 0244-26-8562

FAX : 0244-26-8568