

# つわぶきだより7月号

平成27年7月1日 第360号

編集者 橋本 芙美子



はじめじめとしてお天気が変わりやすい日が続いておりますが、みなさま変わりなくお過ごしでしょうか。つわぶきの利用者さんはこのお天気にも負けず、毎日笑顔で通所していただき、ほんとうにありがとうございます。もう間もなく本格的な夏が訪れます。これから気をつけていきたいのは熱中症ですね。水分補給と睡眠をしっかりと取り、生活リズムも不規則にならないよう配慮して過ごしたいです。

## ♪ 7月の行事予定 ♪

- |        |                           |             |
|--------|---------------------------|-------------|
| 3日(金)  | センターだより編集会議<br>夏祭り実行委員会   | 身障連盟<br>綜愛苑 |
| 4日(土)  | 通所日                       |             |
| 6日(月)  | 保護者会役員会                   |             |
| 9日(木)  | 保護者会総会<br>連合保護者会総会<br>懇親会 |             |
| 17日(金) | 夏祭り実行委員会<br>評議委員会 理事会     | 綜愛苑         |
| 20日(月) | 海の日 休日                    |             |
| 25日(土) | プレジャーボート試乗体験会             | マリーナシティ     |

7月は4日(土)が稼働日になっています。

## ♪ 6月の出来事 ♪

2日(火)	県障害児者施設連絡協議会総会	アバローム
4日(木)	職員研修 消防点検	つわぶき
11日(木)	献立会議 和歌山県民間施設経営者協議会 ゆうあいスポーツフェスタ第1回担当者会議	ビッグ愛 ビッグ愛
17日(水)	社会就労センター総会	北コミセン
18日(木)	木工会議 広報宣伝委員会	中央会館
19日(金)	夏祭り実行委員会 稲田病院楠本医師みまわり	綜愛苑
21日(日)	県父母の会総会	田辺市
26日(金)	生活介護 外出支援	イオン和歌山
27日(土)	職員研修	綜愛苑
29日(月)～30日(火)	全国知的障害関係施設長会議	東京都
30日(火)	県障害者児者家族会連合会総会	アバローム



### プレジャーボート試乗体験会開催



7月25日(土) マリーナシティにてプレジャーボート試乗体験会が開催されます。5～10分程度の試乗になります。

### ふれあいの郷・夏の夕べ開催

8月2日(日)につわぶき会・哲人会・父母の会・保護者会と地域の自治会が主催する夏祭りが開催されます。場所は、綜愛苑・綜成苑近くのハーブ園・多目的広場です。地域の方々との交流のお祭りでもありますので、是非お立ち寄りください。





生活介護

6月の活動



朝顔の種をまいて、苗が少し大きくなってからペットボトルに植え替えました。お持ち帰りいただき、ご自宅で育ててもらっています。

梅ジュース・梅干を作りました。ジュースは散歩の後に飲んでみると、さわやかな自然の味でとても美味しかったです。



屋上での田植えの様子です。桶やペットボトルに植えました。秋にお米はできるでしょうか！？



## 医務室より



食べ物が原因で病気になることを食中毒といいます。特に細菌やウイルスがついている食品を食べたり、菌が作り出す毒を知らずに食べることでおこる食中毒がよく知られています。このほか、毒のある魚や植物を食べても食中毒になります。

この時季は、湿度や気温が高くなるため、カビなどの菌の繁殖スピードが速くなります。以下の事に注意して、健康に過ごせるようにしましょう！

### < 食中毒予防の4原則 >

#### ① 菌をつけない

- ・ 食事や調理の前には、必ず手洗いをしましょう
- ・ 生野菜など洗える食材は、良く洗いましょう
- ・ 肉や魚を調理する時は、調理の前後や手や調理器具を洗いましょう



#### ② 菌を殺す

- ・ 加熱できる食材はよく加熱しましょう
- ・ 漂白剤などで定期的に調理器具を除菌・消毒しましょう



#### ③ 菌を増やさない

- ・ 購入した食品は、消費期限・保存方法を守りましょう
- ・ 少しの時間でも冷蔵庫に保管しましょう
- ・ 完成した料理は早めに食べましょう



#### ④ 菌を持ち込まない

- ・ 体調の悪い人は調理しないようにしましょう

