



# 仲まち新聞 第89号



～梅雨の季節になりました～

梅雨の時期が始まることを梅雨入り・入梅（にゅうばい）といい、春の終わりであるとともに夏の始まりとなります。また、梅雨が終わることを梅雨明け・出梅（しゅつばい）といい、これをもって本格的な夏が到来します。

雨季が訪れる土地は世界中に多くありますが、梅雨はそれほど雨足の強くない雨や曇天が長期にわたって続く特徴があります。このため、カビや食中毒などに注意が必要な季節です。



母の日に手作りカードをプレゼントしました。



5月の壁紙は、花紙で作ったつつじと花紙を丸めて作った鯉のぼりでした。

## 食中毒予防の三原則

### ① 菌をつけない！

- ・手洗いをしっかりしましょう。
- ・調理器具は清潔に保管しましょう。

### ② 菌を増やさない！

- ・できたものはできるだけすぐ食べましょう。
- ・余ったものは、冷まして速やかに冷蔵庫で保管してなるべく早く食べましょう。
- ・水分がついていると菌が繁殖しやすいので、しっかり拭き取ります。

### ③ 菌をやっつける！

- ・しっかり火を通します。特に肉や卵を使った物は注意しましょう。
- ・電子レンジで温める時は、むらなく温まるように時々かき混ぜながら温めましょう。



5月の食レクは、皆でバームクーヘンに鯉のぼりのデコレーションをしました。可愛い鯉のぼりが完成し美味しそうに食べられていました。



ホームページにも記載しています。 <http://www.murakami-kinenn.or.jp/swing/>

