



開成町内のあじさいも少しずつ色づいてきました。

今年の『あじさい祭』は、6月8日(土)～16日(日)に開催されます。

瀬戸屋敷などでは、町内で収穫された「キヌヒカリ」を使ったお弁当の販売、見晴台あたりでは、あじさいちゃんのグッズの販売が予定されています。

ぜひお出かけしてみてくださいはいかがですか…？

《栄養士／室岡》

6月は、「食中毒」に注意する時期です。食中毒の予防についてお伝えします。

### ① 予防の基本！ → 手洗いと消毒

食事の前はもちろん、生肉や魚介類を触った後、トイレの後、ゴミ箱を触った後、ペットに触れた後など、忘れずに手洗いをしましょう。台拭きも時々熱湯をかけて消毒しましょう。



### ② 完全に火を通したものを食べましょう！

これから夏に向け「腸炎ビブリオ菌」がついた生の魚介類が原因の食中毒が多発します。魚介類は水道水で洗い、十分加熱しましょう。

### ③ 残り物に注意しましょう！

三度の食事での残った食べ物やお弁当などは、もったいないと思われる方もいらっしゃるかもしれませんが、食中毒予防のため処分することを考えてください。カレーや味噌汁の残り物にも注意が必要です。



食中毒になってしまうと、発熱、嘔吐、下痢などの症状が出て、何日間か苦しい思いをしたり、脱水症状を起こすこともあり危険です。

湿度の高いこの時期は、十分に気を付けるようにしてください。