



# こんにちは! 村社協です!



前回、前々回と「文通倶楽部」についてお知らせいたしましたが、皆さん文通にご興味はありますか？

コロナ禍でふれあい食事会やサロンなどの活動が中止となり、人と人とのつながりが薄くなってきていると感じます。この機会に昔ながらの文通という方法でつながりの輪を広げてみてはいかがでしょうか。文通と言っても、文章だけでなく「絵手紙」のやり取りでも良いと思います。ご興味のある方はお気軽に社協事務局(☎282-2804)までお問い合わせください。皆様のご登録をお待ちしております!!

## 食中毒にご注意ください

これからの季節、気温や湿度が高くなってくるので食中毒なる方が増えてきます。食中毒は、腹痛や下痢、おう吐、発熱などの症状だけでなく、時には死亡したり、重い障がいが残ることもあり、その危険は常に身近に潜んでいます。

外食だけでなく、家庭内でも食中毒は発生するので、食品の取り扱いには十分注意し、おいしい食事を楽しみましょう。

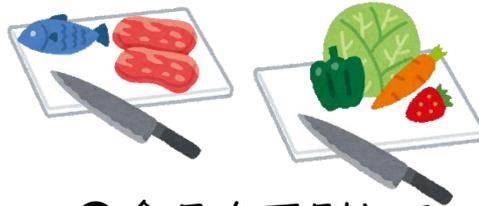
### 食中毒予防の三原則

- ① につけない
- ② 増やさない
- ③ やっつける

#### 1 につけない 手と調理器具はいつも清潔に



● 手洗いの励行



● 食品を区別して  
保存・調理



● 包丁・まな板・ふきん等の  
殺菌

#### 2 増やさない 食品は素早く調理・早めに食べる



● 調理中の食品、残り物を放置しない



● 食材の温度管理

# 3 やっつける

中まで加熱・すぐ冷却



●中心部が75℃で1分間以上加熱  
(ノロウイルスの場合は85~90℃  
で90秒間以上)

●冷蔵10℃以下、  
冷凍-15℃以下で冷却

## レッツ! 脳トレ!

家電の名前が10個隠れています。ひらがなの表の縦・横・ななめの列から見つけて丸で囲みましょう。

【ルール】

- ①言葉は、縦・横・ななめのいずれかで書かれています。
- ②小文字は全て大文字になっています。例えば「きゃべつ」→「きやべつ」
- ③1つの文字が重複して使われることがあります。

や	ひ	よ	む	か	く	あ	す
え	ふ	い	れ	お	め	け	い
お	一	ぶ	ん	か	き	ら	は
う	そ	う	じ	き	さ	こ	ん
す	ぽ	し	せ	ん	た	く	き
ま	へ	つ	ぬ	に	て	は	み
せ	ほ	そ	と	な	れ	の	ね
れ	い	ぞ	う	こ	び	で	お



- くすい①
- すの④⑥
- めの②⑧
- らの③④
- の②⑨
- きの⑦⑨
- の①④⑦
- の①④⑧
- の①②
- すの④①
- ★く★



【お問合せ】

社福) 東海村社会福祉協議会 地域福祉推進係

TEL: 029-282-2804

心配ごと、お困りごと等あれば  
お気軽にご連絡ください!