



# 助け合い栗田 ニュース

第 194 号  
2024 年 6 月 15 日  
「助け合い栗田」発行  
会 長 大 園 毅  
電 話 080-9533-4921  
編 集 責 任 者 横 山 実  
電 話 849-3086  
栗田町内会ホームページ  
<http://awata-yokosuka.com>

助け合い栗田への御用は 080-1355-7789 (会長)

## 今月のトピックス

# 梅雨入り目前対策!!

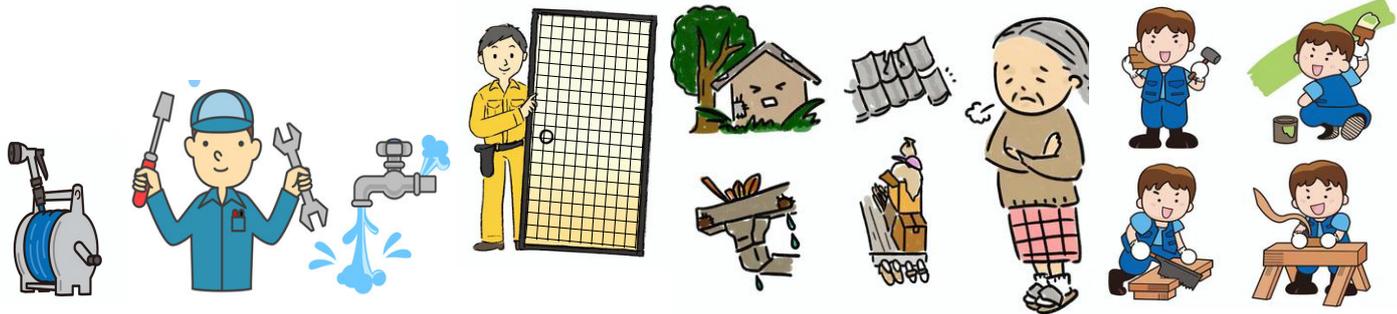
鬱陶しい梅雨の季節となりました、家や庭など風通しをよくする工夫が大切です。室内温度や湿気が滞ると熱中症などの遠因にもなり、快適な暮らしができません。

またエアコンの効果が悪いなど経済的な負担が増えることに繋がります。簡単な大工仕事、水回りなどの整備・修理で鬱陶しい梅雨を乗り切りましょう。“助け合い栗田チーム”がお手伝いします。

- ★ 雨樋などが詰まっていますか？
- ★ ベランダ、物干しなど壊れていませんか？
- ★ ドア、建具などの開閉に不具合はありませんか？
- ★ 蚊・ハエ対策、網戸の張り替えはお済みですか？
- ★ 排水管・排水溝の掃除整備はお済みですか？
- ★ 水道蛇口のパッキン交換、ホースつなぎ部品・ホースの交換。
- ★ 暮らしのちょっとした修理・補修をお手伝いします。



排水周りの点検



水漏れなど調整・掃除 網戸の調整修理 雨樋、排水管の掃除、調整 ちょっとした大工仕事・ペンキ塗

まずはお気軽にご相談、ご依頼ください。スタッフより丁寧にご説明いたします。

生活支援・家庭雑作業・庭仕事・福祉関連などのご用命は  
**☎：080-1355-7789**

福祉・生活支援等のご相談用に使用していた電話番号 080-8720-2480は都合により廃止いたしました。ご相談・お申し込みは **080-1355-7789** にお願ひします。



食中毒予防の基本を今一度チェック!

# 梅雨～夏は食中毒にご用心!!

高温多湿の梅雨～夏の時期は、食中毒の原因となる細菌が増えやすいシーズンです。

O-157などの「腸管出血性大腸菌」や「カンピロバクター」、「サルモネラ」など、主に食肉に付着しやすい細菌での食中毒がよく見られます。ちなみに、サルモネラは卵にも付着します。

細菌による食中毒対策としては、「**付けない・増やさない・やっつける**」の3原則がよく知られています。

**細菌を「付けない」**調理の際は食材を洗うだけでなく、手や調理器具もこまめに洗いましょう。特に調理前の手は、石けんで指と爪の間や指の付根、手の甲などもしっかり洗います。また肉・魚を扱った包丁やまな板でそのまま他の食材を調理するのは避けましょう。すぐに洗って熱湯をかけるなどで消毒します。肉を焼きながら食べる際は、生肉と他の食材が皿の上などで触れないように注意し、生肉用の箸やトングと、他の食材用のものを分けるようにします。



**細菌を「増やさない」**食材や料理を、高温多湿の細菌が増えやすい環境に長く置かないことも重要です。肉・魚を購入したらそれぞれ分けてポリ袋などに包み、できるだけ早めに持ち帰りましょう。

時間がかかる場合は保冷剤・氷などで冷やしながら持ち帰るのがおすすめです。

作り置きや残った料理などを保管する場合は作業前に手を洗ってから清潔な容器に移し冷蔵庫へ入れます。温度が下がりやすくなるよう、できるだけ小分けにするのがポイントです。

冷蔵庫の詰め過ぎも、庫内の温度が上がりやすいので避けるようにしましょう。



**細菌を「やっつける」**多くの細菌は加熱で死滅させられます。

加熱調理する際は中心までしっかりと火を通しましょう。目安は「中心部分が75℃以上の状態で1分以上」(二枚貝などノロウイルス汚染の恐れがある食材の場合は85℃以上)とされています。

加熱調理で細菌を死滅させても、その後使う調理器具に細菌がついては台無しです。肉・魚などの食材を扱った調理器具は、こちらも熱湯や消毒液をかけるなどして細菌をやっつけておきましょう。

参照:パナソニック企業広報誌



増え続ける多様な”困った”に答えるために、男女若手の活動参加をおねがいします。



## ★ 令和6年5月の<助け合い栗田活動報告> 及び 登録情報(5月末現在)

<input type="checkbox"/> 利用会員登録数	408名 (前月比+1)
<input type="checkbox"/> 活動会員登録数	45名 (前月比-3)
<input type="checkbox"/> 活動時間(作業系+福祉系)	181.75時間 (前月比+118.75)
<input type="checkbox"/> 利用者数	22名

★ 助け合い栗田へのご用命は 080-1355-7789 まで! ★