



こばと

平成 28年 6月 1日 発行
 仙台長生園広報委員会

食中毒予防

海水温が上がる6月～9月は食中毒の多発期です。この時期は腸炎ビブリオ、ブドウ球菌が食品に付着し、それを食べると体内で繁殖し食中毒になります。食べる前には、手洗い消毒をし、魚介類は十分に加熱したものを食し、食中毒予防に心掛けましょう。

食中毒予防の5ポイント

1. 食事前は手洗い、消毒を
2. 十分に加熱調理した料理を
3. 食事は出来立てを（お取り置きは2時間内）
4. 食品を購入する時は、品質保持期限に注意
- 5 冷蔵庫を過信しないで！



クラブ・サークル活動紹介

今回のサークル活動の紹介はやきものクラブです。
 月2回、陶芸室で宮崎里季先生が中心となり、クラブ員の皆で作品を作っています。いつもはお皿や一輪挿しなどを作っていますが、今回は動物の置物にも、チャレンジしました。



海藻アラカルト

海藻は、緑藻、褐藻、紅藻に分類されます

緑藻類: 代表的なものは、青海苔、あおさ

褐藻類: 代表的なものは、わかめ、ひじき、こんぶ、もずく

紅藻類: 代表的なものは、あまのりやてんぐさ

これらの海藻は、海中の栄養素が溶け込んだ海で育つため、ミネラルが豊富です。

全般的な特徴としては糖質が主成分で、脂質が少なく、ヨウ素をはじめカルシウム・カリウム等のミネラル、

そして食物繊維をたくさん含んでいます。



お知らせ

長生園の七夕飾り作りが始まります。
 コーディネーターが中心となって、葉山の里や集会室などで飾り作りをおこなっています。
 皆様奮ってご参加ください



6月の予定

- 7日(火) ふれあい喫茶 14:00～
- 10日(金) 介護相談員来園 10:00～12:00
- 13日(月) 有料散髪
- 16日(木) 防火訓練 14:00～
- 21日(火) ふれあい喫茶 14:00～

7月の予定は未定です

