



たるみの空から



～支援員より～

紺碧の空に一片の雲もなく、夏本番を迎えようとしています。

徐々に日常が戻ってきているように思えてきましたが、それに合わせて連日の猛暑…。

出来ることならば、ずっとクーラーを効かせたい所ですが、昨今は3密を避けてまめに換気しないとイケません。新型コロナは本当に悩ましいですね。早く終息してもらいたいものです。新型コロナと共存する生活様式は不憫さも多々ありますが、お互い気を付けて、この闘いに勝利するまでは気を緩めてはいけなと心得ております。

夏といえば『スポーツの祭典』。野球好きの私としては、プロ野球・高校野球が楽しみです。そして、開催されるであろうオリンピックにも期待しています。熱中症予防をし、皆様も一緒に応援しましょう！

～サクラ 黄組～

今年度の黄組は個性豊かな黄組になっているので、それぞれの個性を活かしながら色々な活動に取り組んでいきたいと思っています!!活動ではそれぞれの役割ができていて、牛乳パックでは線を引いて切るところを示す人、その線に沿って切る人、切ったパックをさらに細かくちぎる人と作業がしやすいようになっています。缶つぶしでも「沢山つぶすのは任せて!」の人と「ゆっくりつぶすよ!」の人とのバランスが取れ、つぶした缶を袋にどんどん入れてくれる人とで上手く回っています。このように役割ができていて、とても素晴らしい事だと思います!それぞれのペースでゆっくりと、時にはテキパキと活動していきたいと思っています。黄組のみなさん、楽しい1年にしていきましょう!!

センター横の畑でひまわりと一緒に写真を撮りました!



管理栄養士より

食中毒に注意！

気温の 高いこの時期は、細菌の繁殖に適した 条件が揃い、食中毒が増える季節です。食中毒予防のポイントをおさらいしましょう。

食中毒予防の基本は、「つけない」「増やさない」「やっつける」ことです。

① つけない

まずは、手洗い。手首や指の間、意外と洗い残しが多いのです。しっかり洗う習慣をつけましょう。そして、まな板、包丁、食器などは清潔に保ちましょう。

② 増やさない

生ものや調理済みの食品を、常温で放置すると、食中毒菌が増殖します。すぐに食べないものは、必ず、冷蔵庫で保管しましょう。

③ やっつける

細菌は熱に弱いものが多く、大部分は加熱すると、死滅してしまいます。調理するときは、食材の中心までしっかりと火を通しましょう。電子レンジ加熱でもOKです。

下痢や嘔吐など、つらい思いをしないよう、きちんと予防しましょう。

自立センターたるみ事務所がアート展示で賑やかに！

私は誰でしょう～？
ある人物を利用者さんがそれぞれの視点で描きました！



黄組のみんな
で作った、神戸
の風景です！