

南部支部だより

2022年
夏号

コロナ禍で猛暑、熱中症などに気をつけましょう

新型コロナワクチン接種4回目が始まりました。少なくなってもまだ油断は出来ません。予防は今まで通り守りましょう。



熱中症 自分で気を付けること
○マスクを長時間つけると熱がこもりやすく、喉の渇きを感じにくくなります。

時々マスクを外しましょう。
○昼間の外出は出来るだけ避け、冷房の利いた室内で過ごしましょう。
○涼しい所に居ても、喉の渇きをあまり感じなくても、水分はこまめに少量ずつ回数を多く飲みましょう。
皆さん！お身体をご自愛下さい。
支部長：武田春代

細菌が活発になる夏場は家庭内の食事にも注意!!

予防は「つけない」「増やさない」「やっつける」の3原則

洗う

1 細菌やウイルスを食べ物につけない

食中毒の原因となる細菌やウイルスを食べ物につけないように必ず手を洗う。

低温保存

2 食べ物に付着した細菌を増やさない

細菌の増殖活動が鈍くなる低温保存が有効。生鮮食品やお惣菜など購入後は冷蔵庫で保存。

加熱処理

3 食べ物や調理器具に付いた細菌やウイルスをやっつける

ほとんどの細菌ウイルスは熱に弱いので過熱を。調理済みの食品も再加熱し、調理に使った器具も熱湯殺菌。

○「みんなの健康」手配りさん募集しています!

病気や高齢で配れなくなった方が増えています。ご近所で10部、15部からでもいいです。

手配りさんになっていただいた方には感謝の気持ちを込めてささやかなお礼をご用意しております。

2022年度は5・7・10・1月号の年4回発行です。

ぜひご協力下さい。

連絡先 武田まで

(090-8692-2315)

香川医療生協第43期・第54回通常総代会は、6月27日に開催されました。

2022年度の南部支部役員です。

支部長 武田 春代
副支部長 岡田 元彰
会計 山下 信子
会計監査 岡田 まなみ



よろしくお願い致します
ご意見・ご要望をお寄せ下さい