

野の花

令和5年5月20日 NO.214
前野高齢者在宅サービスセンター
前野指定居宅介護支援事業所
〒174-0063
板橋区前野町4-16-1
おとしより保健福祉センター内
電話 03-5392-8736

【今月の花】

アマリリス

花言葉 「誇り」「内気」



アマリリスは春咲きと秋咲きの品種があります。春咲きは3月末～6月、秋咲きは9月末～10月に花を咲かせます。

アマリリスの花色は、白やクリーム、ピンク、紫、赤、オレンジ、複色、覆輪と多様です。咲き方も一重咲きから八重咲き、花びらは先のとがった剣弁咲きや全体的に丸みを帯びたものまで様々です。

食中毒を防ぐチェックポイント

今の時期が1年で最も過ごしやすい時ではないでしょうか。風薫る五月を十分に満喫されてください。

そんな5月を過ぎますと梅雨の季節になります。梅雨は食中毒の心配が出てきます。そこで食中毒防止のチェックリストを載せました。1つでも出来ていないものがありましたら、今からでも実行されてください。

嫌な梅雨の季節も、毎日の注意で元気に乗り越えていきましょう。

- 賞味期限・消費期限を確かめて購入する
- 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫はマイナス15℃以下にする
- 手洗い・うがい・消毒を徹底する
- 調理器具を肉・魚などの生ものと野菜などと使い分ける
- 食品に直接触れない（使い捨ての調理用手袋や菜箸、トング等を使う）
- 十分に加熱する（食材の中心部まで、75℃で1分間以上）
- 調理後はできるだけ早く食べる
- 保存する場合は、すぐに冷蔵庫に入れる（室温で放置しない）
- 温め直すときは十分な加熱をする（75℃以上でかき混ぜる）
- 冷蔵庫に入れていても、長時間経過したものは捨てる

行事や旧月名、祝日クイズ

日本の行事や旧月名、祝日について、みなさんはどのくらいご存じでしょうか？

いくつかクイズにしてみました。終わった方は職員に声をかけ、答え合わせをしてみましょう！

第①問



1月から12月まで馴染みのある行事などを下から選んで、各月に入れてみましょう！

1月	7月
2月	8月
3月	9月
4月	10月
5月	11月
6月	12月

元旦	ひなまつり	七五三	七夕
大晦日	節分	花火大会	端午の節句
紅葉狩り	梅雨	お花見	十五夜

ヒントが欲しい時は、職員に聞いてね



第②問



1月から12月まで旧月名を下から選んで、各月に入れてみましょう！

1月	7月
2月	8月
3月	9月
4月	10月
5月	11月
6月	12月

睦月	皐月	長月	神無月	文月
師走	卯月	如月	水無月	葉月
弥生	霜月			

第③問



1月から12月までの祝日を下から選んで、各月に入れてみましょう！
ヒント：全てに入るとは限りません！

1月	7月
2月	8月
3月	9月
4月	10月
5月	11月
6月	12月

天皇誕生日	昭和の日	勤労感謝の日	
山の日	憲法記念日	スポーツの日	
敬老の日	春分の日	海の日	成人の日



端午の節句



5月5日のこどもの日に、端午の節句にちなんだゲームを行いました。
事前に、皆さんに塗って頂いた鯉のぼりの絵をコップに貼り付け、どれだけ口の中に餌を入れられるかを競いました。意外と難しく、皆さんとても集中していました。そして、笑いもたくさん聞かれ、楽しいひとときを過ごせました。

<お願い>

ご自宅で、不用のタオルや布がございましたら、ご持参ください。
デイサービス内では、新型コロナウイルス感染症対策やトラブル防止の理由から、利用者様同士での金銭を含め、物のやり取りは禁止させて頂いております。ご理解とご協力をどうぞよろしくお願い致します。

ご見学はいつでも可能です。
その際は送迎をいたしますので、ご連絡をお待ちします。
〒174-0063

板橋区前野町 4-16-1 おとしより保健福祉センター2階
電話 03-5392-8736
FAX 03-5392-2070



編集後記

うっつしい梅雨の季節が近づいてきました。
湿気が多く蒸し暑いので、体力が消耗します。食中毒に気をつけながら栄養のある食事を取りたいものですね！

松下 優子