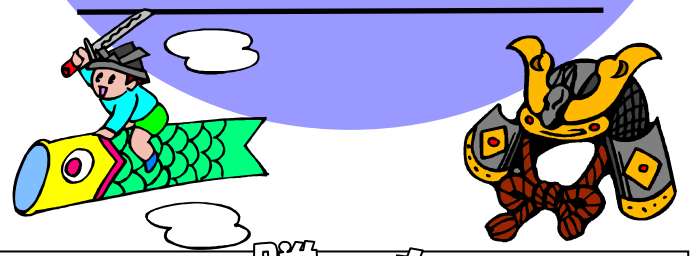


頑張れ～！



五月といえは、端午の節句。
男の子の健康を祝う日。
お母さん、お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、みんなの健康を祈ります。
お母さん、お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、みんなの健康を祈ります。
お母さん、お父さん、おじいちゃん、おばあちゃん、みんなの健康を祈ります。

ふじ周南
端午の節句



一生懸命☆



応援団

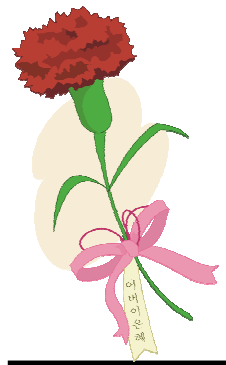


も～し、勝ったあ！



五月八日は母の日。母はいつも、母の日を待ちます。母はいつも、母の日を待ちます。母はいつも、母の日を待ちます。

母の日



いつまでもお元気で☆

食中毒に注意!

6月～9月は食中毒好発期
注意しましょう!

食中毒予防の三原則

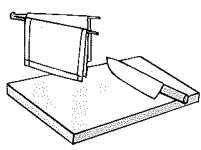
清潔

手洗い

調理前、トイレのあとにはしっかりと! 爪の間も忘れずに!

調理器具

まな板、ふきんなどの各器具を清潔に!



迅速

調理

すばやく調理!

摂食

調理後はすぐに食べましょう!



冷却加熱

加熱

殺菌のためよく加熱しましょう。

冷却

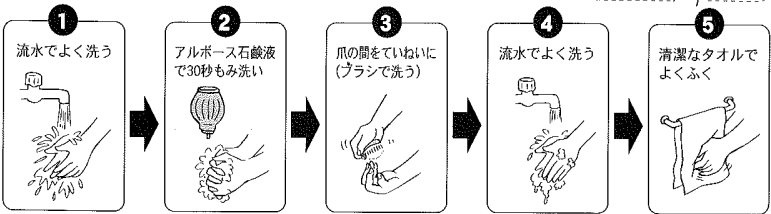
すぐに食べない時は低温保存(但し冷蔵庫の過信は禁物)



配膳にかかわる人は

30秒以上かけて手を洗おう!

洗い残しやすい部分
●ツメの間 ●指の間 ●手首



6月4日は虫歯予防デー

しっかりかんで食べていますか?

かむということは、毎日の食事であまり意識していない行為かもしれませんが、体にとって、とても大切な働きをしています。なぜ、よくかんで食べると体にいいのでしょうか…?



かむことの効果



むし歯を防ぐ

かむことで、だ液が分泌され、だ液の働きによりむし歯菌が活性化しにくくなります。



消化吸収をたすける

よくかむとだ液がたくさんでます。だ液には消化をたすける成分が含まれています。



肥満予防

よくかむことで、脳にある満腹中枢が刺激されて満腹感がえられ、食べ過ぎを防ぐことになり、肥満予防につながります。



脳を活発にする

しっかりかむと、顔の近くの頭の血管や神経が刺激されて、脳の働きが活発になります。

先母の日が、母の日です。母の日には、お母さんに感謝の気持ちを伝えることが大切です。お母さんの健康と幸せを願うことが、私たちにとって一番大切なことです。お母さんに感謝の気持ちを伝えるには、お母さんに喜んでもらえるようなプレゼントを選ぶことが大切です。お母さんの健康と幸せを願うことが、私たちにとって一番大切なことです。

愛を込めて花束を



笑顔で頑張ります!

黒木純代

看護師

■発行/ デイサービスセンターふじ周南
■〒745-0025 周南市築港町12-1
スカイマンション1階
■TEL/(0834)27-2211 FAX/(0834)32-2551
フリーダイヤル/0120-128-307

■ホームページ [ふじ周南](#) で [検索](#)

■営業日… 月曜日～土曜日 (日曜、年末年始は休み)
■営業時間… 8:30～17:30
■サービス提供時間… 9:30～16:00