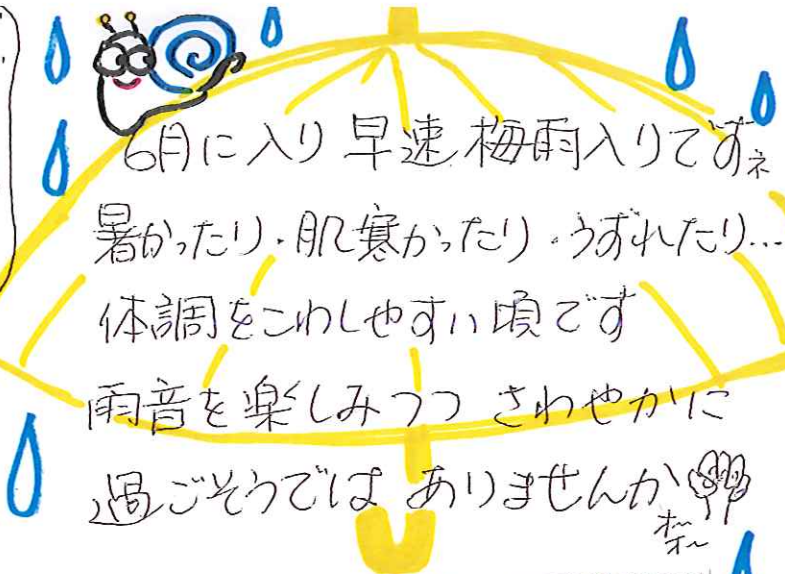


6月に入り早速梅雨入りです  
暑かったり・肌寒かったり・うぶれたり...  
体調をこわししやすい頃です  
雨音を楽しみつつ さわやかに  
過ごそうでは ありませんか?



三克ホーム 藤の花



去年より長く枝垂れて

6月の予定

- 6月2日(水) 民謡教室
- 6月3日(金) 趣味クラブ
- 6月6日(月) オカリナ演奏会
- 6月8日(水) 習字教室
- 6月9日(木) 音楽療法
- 6月17日(金) 趣味クラブ
- 6月22日(木) 音楽療法
- 6月23日(金) 生け花教室



のど自慢大会

スタッフ対攻 大声選手権



火曜男性チームによる「北国の春」



大野さんによる「こにに幸あり」

春の行楽弁当

お寿司・天ぷら  
モリダさん



キレイでした。



懐かしの紙しばい



トレラン部



梅雨入り前に、皿ヶ山へ  
走りに行きました。  
空気が澄み、空がキレイで  
多くの貴重な植物が  
群生していますよ。

ヤマジャクヤク



食中毒

ゆるしまへん!

管理栄養士  
元家さんの

え〜は〜な  
お話

梅雨は食中毒に注意

梅雨の時期は、気温が高いのに窓を閉めることが多く、家の中が高温多湿になってしまいます。高温多湿の環境では細菌やウイルスなどが繁殖しやすいので、食中毒に注意が必要です。

1. 調理前、食事前の手洗いをしっかり行っていますか?
2. できるだけ生物は避けて、加熱して食べましょう。
3. 余ったおかずをそのまま食卓に置いていませんか?  
但し、冷蔵庫の過信は禁物です。早目に食べましょう。
4. あやしいな、と感じたら、捨てる勇気も大切です。