

【6月の広島イベント情報】

- とうかさ大祭 <6月5日～7日>
浴衣姿でにぎわう広島の初夏の風物詩。
- 広島交響楽団 定期演奏会 <6月20日>
広島文化学園HBGホールで名曲「悲愴」などを演奏予定。
- 厳島弁財天大祭 <6月17日>
宮島・大願寺で行われる伝統行事。
- 空鞆稲生神社 夏越祭 <6月29日>
無病息災を願う「お湯立て神事」や終盤には打ち上げ花火が行われる。



発行 2026年6月1日
(第51号)

緑風会 ニュース

編集 一般財団法人 緑風会

霞会館1階 プラザみどりからのお知らせ

6月は金曜日も ポイント2倍 です。

緑風会 健康シリーズ

～梅雨時期に注意したい食中毒予防～

みどりちゃん



気温と湿度が高くなる6月は、細菌による食中毒が増えやすい季節です。食中毒というと夏のイメージがありますが、実は梅雨時期から注意が必要です。

食中毒予防の基本は、「つけない・増やさない・やっつける」の3つです。

まず、調理前や食事前には石けんでしっかり手を洗いましょう。まな板や包丁などの調理器具も清潔を保つことが大切です。

次に、食品を室温で長時間放置しないようにしましょう。購入後はできるだけ早く冷蔵庫へ入れ、作った料理も早めに食べ切ることがポイントです。

そして、肉や魚は中心まで十分に加熱しましょう。加熱することで多くの細菌やウイルスを減らすことができます。

また、高齢者や小さなお子さまは重症化しやすいため、特に注意が必要です。「少くらい大丈夫」と自己判断せず、体調不良が続く場合は早めに医療機関へご相談ください。

毎日のちょっとした心がけで、食中毒は予防できます。安全で健康的な食生活を心がけ、梅雨の季節を元気に過ごしましょう。

■ 食中毒が増えやすい気温

細菌は「**20～40℃**」で増えやすいとされています。
特に梅雨時期は湿度も高く、注意が必要です。

■ 冷蔵庫の目安温度

冷蔵：10℃以下

冷凍：-15℃以下

食品は購入後、できるだけ早く冷蔵保存しましょう。

■ 加熱の目安

中心部を「**75℃**で1分以上」加熱

(肉・魚・お弁当のおかず等)

■ 手洗い時間の目安

石けんを使って「**30秒以上**」

指先・爪・親指周りも忘れずに。

■ 特に注意したい方

- ・高齢者
- ・小さなお子さま
- ・体力や免疫力が低下している方

入院棟2階

売店みどり からのお知らせ

6月10日(水)

森永試飲イベント開催!

明治ブルガリアヨーグルトあじわい芳醇



アカシアはちみつ/いちごコンフィチュール

凌雲棟カフェ

からのお知らせ

6月

1(月)・5(金)・10(水)・11(木)

16(火)・18(木)・24(水)・25(木)

10:00~14:00 カフェメニューご購入者様へ

ぷちごほうび
& ダブルポイント

PayPay

一般財団法人
緑風会

凌雲棟カフェ

カフェ・レストラン ラコントル からのお知らせ

いつもカフェ・レストラン ラコントルをご利用いただきましてありがとうございます。

当店では、おいしいアイスクリームを販売しております。

バニラ、マンゴー、ストロベリー、チョコレート etc 各250円

ぜひお召し上がりください。

また、暑い季節に向け、盛岡冷麺、手打ちそば、茶そばなど冷たいメニューも

順次ご用意いたします。



また、これから北広島産のほうれん草、レタスを格安で販売する予定です。

ぜひお気軽にご来店ください。