



春風の心地よい季節になりましたが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。日々暖かくなりますが、お身体にはお気を付けてください。

生活環境改善サービス レイス治療院

テイクアウト・デリバリーは要注意! 「食中毒予防」

感染症対策における「テイクアウト」や「デリバリー」の利用が増えた昨今。気温も暖かくなり始め、改めて注意が必要なのが「食中毒」です。



～家庭での食中毒予防～

食中毒というと、飲食店での食事が原因と思われがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生しています。普段、当たり前に行っていることが、思わぬ食中毒を引き起こすことがあるのです。家庭での発生では症状が軽かったり、発症する人が1人や2人のことが多いことから風邪や寝冷えなどと思われがちで、食中毒とは気づかれず、重症化することもあります…。家庭での食中毒予防のポイントをチェックしてみましょう。

食中毒予防の3原則 食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」

- ◎ 生ものや鮮魚介類のテイクアウト・デリバリーは要注意
- ◎ 加熱食品も持ち帰ってから、時間が経っている場合は改めて加熱がオススメ!
- ◎ 食中毒は、20～50℃の温度帯でよく増えます。

付けない＝洗う! 分ける!

増やさない＝低温で保存

やっつける＝加熱処理!

出典:厚生労働省「テイクアウト・デリバリーにおける食中毒予防」「家庭での食中毒予防」より一部抜粋

使っているけど知らないこと

デリバリーの語源は?



ラテン語の「解放する(離して自由にする)」を意味する言葉。

転じて、「中から外に出す」の意味全般で使われ、「配達、配送」などの意味でも使うようになりました。



ツボ博士の
今月のツボ

ゆうせん
～湧泉～

体力、気力を高めるツボで土踏まずのやや上の中央、足の指を曲げてへこんだ所にあります。慢性疲労・冷え・神経症・頭痛などに効果的です。両手の親指で押したりゆるめたり、3秒間隔で刺激してみましょう。



裏面へ続く





■ひらがなを並び替えて正しい言葉にしましょう。

問題①

からせじ

問題②

たけいい

問題③

とぜぷれん

問題④

じょうびたん

回答は右下をご確認いただくか
下記QRコードをスマートフォンで
読み取りアクセスしてください!



URL:

<https://leis.jp/leis/letter/index.html>

ご利用者様応募川柳

まだまだね
孫に会えるの
まだまだよ

東京都 A.T様

ワクチン打ち
オリパラピツク
期待する

三重県 T.I様

～あなたの川柳・ご家族自慢など大募集!～

投稿方法



◆ 記載事項 ◆

- ・ 氏名(ペンネームでもOK) ・ 住所 ・ 投稿テーマ
- ・ 投稿内容(200文字～400文字程度)
- ・ 写真(無くてもOK)

ご投稿いただいた方から順次「レイスだより」への掲載を予定しておりますので、ご投稿お待ちしております!

ご応募いただいた方の中から抽選で素敵な粗品を贈呈! 上記記載事項を記入の上、下記住所までお送りください。

※ご注意※ 投稿の「送付先」が変更となっております!

新しい送付先

〒151-0061 東京都渋谷区初台 2-5-8 西新宿豊国ビル 2F
株式会社オルテンシアハーモニー「レイスだより係り」まで



📝 ホームページにてバックナンバーをご覧いただけます!

レイス治療院ホームページにて、レイスだよりのバックナンバーをご覧いただけます。下記URLまたは右記QRコードを読み取りアクセスしてください! URL: https://leis.jp/news/news_cat/leis-letter/



㊦㊧㊨㊩㊪㊫㊬㊭㊮㊯㊰㊱㊲㊳㊴㊵㊶㊷㊸㊹㊺㊻㊼㊽㊾㊿

お知らせをで紹介ください!

このような方にマッサージ・リハビリをお勧めします

- 関節拘縮により歩行が困難な方
- 身体に麻痺のある方(脳梗塞などの後遺症)
- 車いすをご利用の方
- 寝たきり状態の方



医療保険で受けられる訪問医療マッサージ

レイス治療院 ○○

(TEL) 000-0000-0000 (担当) ○○○○

(訪問エリア) ○○市内全域 (営業時間) 9:00～18:00