

食中毒に注意しましょう

【食中毒予防】

家庭での食中毒予防は、食品を購入してから、調理して、食べるまでの過程で、どのように、細菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」を実践していくかにあります。

細菌による 食中毒予防の 3原則



9 月は気温が高い日が続く一方で、台風や雨の影響により湿度も高く、食中毒が発生しやすい時期です。

食中毒予防の基本は「つけない・増やさない・やっつける」です。

- ・ 調理前や食事前は石けんで手を洗う
- ・ 食品は冷蔵庫で適切に保管する
- ・ 調理器具は清潔に保つ
- ・ 肉や魚は十分に加熱する
- ・ 調理後は早めに食べる

家庭でも食中毒対策を徹底し、健康に過ごしましょう。

季節の変わり目の体調管理

9 月は朝夕と日中の気温差が大きくなり、体調を崩しやすい時期です。

- ・ 十分な睡眠をとる
- ・ バランスの良い食事を心掛ける
- ・ 適度な運動を取り入れる
- ・ 水分補給を忘れない
- ・ エアコンの冷えすぎに注意する

高齢者や子どもは特に体調等への影響を受けやすいため

周囲の見守りや声かけが必要です。

富合校区子育て支援ネットワークより

子育てイベント「ストレスケア」の開催のお知らせ

開催日 令和 8 年 10 月 22 日（木）
時間 13:30～15:00
場所 アスパル富合軽運動室 ※変更あり
対象者 富合町在住の子育て中のパパ・ママ・祖父母
定員 15 組
締め切り 令和 8 年 10 月 15 日（木）
参加費 無料
問い合わせ 認定こども園第一幼稚園
096-357-1245（担当/齊藤）

■アスパル富合から大切なお知らせ■

現在、富合公民館は、令和 8 年熊本地震の拠点避難所に指定され、現在も継続運営しております。

これに伴い、富合公民館及び富合ホールの使用につきましては、当面の間、利用を休止しております。みなさまにはご不便をおかけしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。なお、再開の時期については未定です。

また、アスパル富合につきましても、今回の地震により施設の一部に被害が生じております。正面玄関付近のレンガブロックやスロープには隆起や凹凸が見られ、通行の際には注意が必要な状況です。

とみあい図書館は 8 月上旬から再開しておりますので、ご利用いただけますが、駐輪場や歩道のレンガブロックにもずれや陥没等が発生しております。

ご来館の際は、足元に十分ご注意くださいようお願いいたします。



とみあい図書館から



とみあい図書館
キャラクター

トミーちゃん

10

日	月	火	水	木	金	土
27	28	29	30	1	2	3
4	⑤	6	7	8	9	10
11	12	⑬	14	15	16	⑰
18	⑱	20	21	22	23	24
25	②⑥	27	28	29	30	31

11

日	月	火	水	木	金	土
1	②	3	4	5	6	7
8	⑨	10	11	12	13	14
15	⑯	17	18	19	20	⑰
22	23	②④	25	26	27	28
29	③⑩	1	2	3	4	5

♡「とみ♡ING」によるおはなし会の予定
10月17日 午前11時～11時半



10/27～11/9 は読書週間です。今年の標語は『静かだけど、冒険中。』

いろんな本の世界を冒険してみませんか？

10月は秋・ハロウィンなどをテーマに展示をおこなっています。

今回は秋とハロウィンの本をご紹介します。



今月のおすすめ本

いもほれワンニャン!

今日は、ワンニャンなかよし園のいもほり遠足の日。いぬぐみさんとねこぐみさんはバスに乗って、はたけへ向かいます。おいもをたくさんとったほうが勝ちです。さあ、どちらの組が勝つのでしょうか？

くさか みなこ／作 長崎 真悟／絵
教育画劇

見分けてみよう!おいしいやさい
ど〜れだ? 秋・冬

スーパーや畑でおいしいやさいを見分けるには、どこに注目すればいいのでしょうか? カボチャ、ブロッコリー、タマネギ、サツマイモ、ダイコンなど、秋・冬が旬のやさいの見分け方をクイズ形式で紹介します。

網野 文絵／文・写真 汐文社

くろねこクロのハロウィンパーティ

今夜は年に一度のハロウィンパーティ。ねこたちはパーティのおやつを集めるために、変装をして「トリックオアトリート!」と声を上げて家を回ります。ごちそうをいっぱいもらったねこたちは…。

おかい みほ／作 文研出版

ぞくぞくうきうきハロウィン

今夜はハロウィン! おばけのかっこうで出かけよう。お菓子をくれなきゃ、いたずらするぞ。魔女は張り切り、おばけが出てくる。そして夜中の12時には…。

フリーダ・ナエミ・パースソン／文
モーア・グラーフ／絵
高橋 麻里子／訳 ほるぷ出版