

# 高舟台自治会 協力団体便り

令和5年 6月

発行者 高舟台自治会 総務部

時下、ますますご清祥のこととお慶び申し上げます。

日頃より自治会活動にご理解ご協力を頂き感謝申し上げます。

令和5年度も各協力団体では、それぞれの活動をすすめていきます。その中の一部ではありますが、ご案内とご紹介をさせていただきます。

ご興味がある方、参加希望の方は、お気軽にご連絡ください。お待ちしております。

各協力団体の連絡先・詳細については、令和4年度発行の会員名簿でご紹介しています。

## 健康づくりの会

### 健康チェック 体力測定

健康を維持するために自己のデータを知っておきましょう

日 時	令和5年 6月22日(木)
出発時間	午後 1時30分 ~ 3時
集合場所	高舟台自治会館 2階
内 容	血圧、体組成計、握力測定、身長、体重 血流(血管年齢)、生活習慣チェック表
指 導	金沢福祉センター 健康づくり係
協 力	釜利谷地域ケアプラザ
連 絡 先	健康づくりの会 高橋 045-782-1412

## 包丁研ぎ

## 6月度 包丁研ぎ開催のご案内

日時	令和5年 6月17日(土) 午後 1時 ~ 3時			
場所	高舟台自治会館 1階			
対象品	包丁	250円	剪定バサミ	300円
	刈込バサミ	350円	修理代	200円

## 5月度 第二公園で行いました



## 高舟台ふくしの会

## 6月度 子育てサロン「ぴよ・ぴよキッズ」のご案内

日時	令和5年 6月16日(金)	
	午前 10時 ~ 11時30分	
場所	高舟台自治会館 2階 AB室 (駐車場入り口よりお入り下さい)	
対象	0歳 ~ 未就学園児	
参加費	無料	
	飲み物・タオル等必要な物は、各自でご持参ください。	
	問い合わせ：高舟台自治会館 783-5960	

みんなでワイワイおしゃべりしましょう



## グリーンピース

6月度 デイサービスのご報告

日時 令和5年6月1日(木) 午前10時～午後2時  
 場所 高舟台自治会館 2階 AB室  
 内容 釜利谷ケアプラザの看護師さんによる食中毒のお話を聞きました。また、金沢区オリジナル体操やゲームを行いました。



## 高舟台ふくしの会

6月度 ふれあいサロン 開催案内

日時 令和5年6月20日(火) 午後1時30分～3時  
 場所 高舟台自治会館 2階 AB室  
 対象 65歳以上  
 内容 横浜ママプラス「チャオハンビー」による演奏会  
 ♪ 鎌倉殿の13人  
 ♪ 美空ひばりメドレー ほか  
 問い合わせ先：高舟台自治会館 ☎ 783-5960

## 高舟台公園愛護会

6月度 公園活動開催案内

場所 第一公園 10日(土) 9時～  
 第二公園 17日(土) 9時～  
 会館周辺 24日(土) 9時～  
 ※雨天の場合は、翌日に実施します。

各公園の清掃や花壇の手入れを行いながら、会員・参加者同士が自由にお話をしています。お花の植え付けなど興味のある方は、是非ご参加ください。



# 食中毒のお話

ふれあいサロンやデイサービスでお話しされた内容です。  
参考になればと思います。

## 食中毒の種類は

- **細菌性感染型食中毒** 細菌に感染した食品を摂取し、体内で増殖した細菌が病原性を持つことで起こる食中毒です。  
**腸炎ビブリオ、サルモネラ、病原大腸菌、カンピロバクター、ウエルシュ菌**
- **細菌性毒素型食中毒** 食品内で細菌が産出した毒素を摂取することで起こる食中毒です。  
**黄色ブドウ球菌、セレウス菌、ボツリヌス菌**
- **ウィルス性食中毒** ウィルスが蓄積している食品の摂取や、人の手を介して感染が起こります。  
**ノロウイルス**
- **自然毒食中毒** 動物や植物が本来持っている有毒成分と、食物連鎖を通して動植物に取り込まれたものをいいます。  
人がこれら有毒成分を含む動植物を食べることで引き起こされる健康被害のことです。  
**トリカブト、毒キノコ、じゃがいもの芽、ふぐ毒、貝毒、毒カマス**
- **寄生虫食中毒** 獣肉や魚や生水に寄生している虫によって引き起こされる健康被害のことです。  
**アニサキス、顎口虫、トキソプラズマ**

## 食中毒の予防方法は

- **食品の購入と家庭での保存ポイント**  
食品の購入時は、賞味期限や消費期限や保存方法の表示を確認。  
食品を持ち帰る時は、生鮮食品の汁がほかの食品につかないようにする。  
生鮮食品を購入したら、寄り道をしないでまっすぐ帰る。
- **調理で気をつけること**  
調理前や生の肉、魚、卵などを取り扱う前後は、手を洗う。  
生の肉や魚は、生で食べる果物や野菜、調理済み食品から離しておく。  
使用後の調理器具は、洗剤でよく洗う。また、熱湯をかけて殺菌する。
- **残った食品の保存のコツ**  
残った食品は、清潔な容器に保存する。  
残った食品を温めなおす時は、十分加熱する。  
時間が経ち過ぎたものや食べるのが心配なものは、思い切って捨てる。

### 協力団体 一覧

- 高舟台松寿会
- グリーンピース
- 高舟台ふくしの会
- ヘルスマイト
- 高舟台公園愛護会
- 包丁研ぎ
- 健康づくりの会

### 高舟台自治会

会 館： 金沢区高舟台1-31-22

電話・FAX 045-783-5960

メール： info.takafune@jcom.zaq.ne.jp