

資料館 だより



夏の企画展

大口町・松江市姉妹都市提携記念(前期)
姉妹都市・松江は

どんなまち!?

戦国時代に今の大口町で生まれ、約400年前に出雲・隠岐24万石を押し、松江城と城下町を築いた「松江開府の祖」堀尾吉晴公のご縁により、平成27



年8月29日、鳥根県松江市と姉妹都市提携を結びました。しかし、近い距離にあるとはいえない松江市について、あまり身近に感じていない方も多いのでは？

夏の企画展では、姉妹都市提携を結んだ経緯から、今の松江市について、その概要と魅力(名産・特産など)について紹介します。この企画展をご覧になり、実際に松江市へ足を運んでいただき、堀尾氏が紡いだご縁と松江市の魅力を直接肌で感じていただければ幸いです。

詳細は広報おおくち8月号でお知らせいたしますのでお楽しみに。

開催期間 7月23日(土)から9月19日(月・祝)まで

歴史民俗資料館ご利用案内

休館日 月・火・水曜日

※企画展開催中の水曜日は開館します。

※祝日は開館

開館時間 午前9時から午後5時

入館料 無料

問合せ先 ☎94-0055

高齢者と障がい者の総合相談窓口

大口町地域包括支援センター便り



高齢者のための

食中毒予防

食中毒菌は肉眼では見えませんが、簡単な方法で、細菌による食中毒を予防することができます。

予防の基本

食事の前や、調理中に生の肉・魚介類・卵をさわった後や、トイレに行ったり、ゴミ箱やペットにふれた後には必ず石鹸を使い30秒以上手を洗いましょう。

できるだけ火を通したものを食べましょう

▽夏は生の魚介類が原因の食中毒がよく起きます。魚介類は中心まで十分火を通しましょう。体力が落ちている方は、寿司や刺身は避けましょう。

▽肉や加熱調理用と書いてある食品は、必ず加熱してから食べましょう。また、焼肉や焼き焼きなどでは、生の肉をつかむ箸と食べる箸は分けましょう。

▽卵は新鮮なものを食べ、体力が落ちているときは生で食べるのは避けましょう。

宅配食やお弁当を利用するとき
はこんなことに注意しましょう

▽宅配食やお弁当は早めに食べましょう。

▽保存する場合は、箸をつける前に取り分けて、ラップをして冷蔵庫に入れましょう。食べる前は十分に加熱しましょう。

※75度で1分間以上加熱

▽箸をつけて食べ残したものは食中毒予防のために、思い切って捨てましょう。

食品の保存に注意しましょう

▽調理前や調理後の食品は、室温で放置しないようにしましょう。

※0-15℃は室温でも15分から20分で2倍に増えます。

▽高齢になると、嗅覚や味覚が衰えがちですので、表示されている消費期限や賞味期限を参考に庫内を整頓しましょう。

地域包括支援センターではさまざまな相談に対応していますのでお気軽にご相談ください。

問合せ先 大口町地域包括支援センター(社会福祉法人おおくち福祉会) ☎94-2227