



ジトジト、蒸し蒸しの季節に気を付けること

6月に入り、蒸し暑い日や大雨の日もあれば真夏日を記録している日もあり、天候が慌ただしいですね。さて、その様な季節に気を付けなければならない事と言えば、食中毒ですね。どの様な事が大切で、実行した方が良いのかを記していきたいと思います。

ところで、皆さんは手が洗えなくなった事はありますか？

もしくは、手が洗えなくなった時の事を想像してみてください。

いかがでしょう？ 手が洗えなくなったら… (>_<)

とても困りますね。同時に、自分の行う全ての事が衛生的に問題ないのかが不安になるのではないかと想像してしまいます。

私は、25年前に大型犬に右手を噛まれた事があり、11針縫いました。1週間鎮痛薬の点滴と消毒に通院し、2週間が過ぎる頃にやっと手を洗える様になった事を覚えています。

あの時の衝撃と言えば、2週間手を洗わないと『こんなに垢がたまるんだあ〜』という事でした。リハビリを兼ねて温かいお湯に手を入れて固まった指を動かしつつ、少し擦ると出てくる垢にビックリしました。

私達の手は、とても万能に動いて、様々な物を掴み、持ち、触れていますね。

ですから『洗えない』という状況は、衛生的な生活が担保出来ない状況でもあると言えるのではないのでしょうか。



ですので、しっかり手を洗って、このジトジト蒸し蒸し暑い季節の食中毒を予防しましょう。

ご家庭や職場で、ジメジメしている場所はどこですか？ 洗面所やキッチン、浴室などが挙がってくるかと思いますが。湿度や水分があると食中毒菌は増殖してしまいます。そんな場所で物を介し、ご自身の手を介して容易に体内に菌は侵入してしまうのですね。



しっかりとよく手を洗いましょう。

そして、常にキッチン周りを清潔に保ち、冷蔵庫で保管。加熱する時はしっかり加熱して、食中毒菌をやっつけましょう。



在宅で過ごしている高齢のご夫婦にぜひ読んでみて頂きたい1冊。

『ふたりだからできること』とても可愛い絵本です。

読んだら、ぜひ試してみてください。お相手と。

一人では出来ない事、二人だから出来る事がこんなにあったんだあ〜と、楽しくなります。そしてお相手の存在に感謝の気持ちがわいてきます。

雨の季節も笑顔で！

