

# めだか通信

2022年1月号



相田支部発行



## 謹賀新年

明けましておめでとうございます

昨年はコロナ禍の為、自粛を強いられた苦しい1年でした。今年はずいぶん皆様と共にこれまでのつながりを活かし、安全に必要な活動を、続けて行きたいと思っております。

本年もどうぞよろしく願い致します。

役員一同

～機関紙配布のお願いです～



- (1) 相田1丁目4～8の10件
- (2) 相田2丁目8～10の7件
- (3) 上安2丁目13、22～25の18件
- (4) 上安2丁目42、46、47、49～51、53の23件

となり近所、数件でも構いません。

ちからいし

連絡先 082-879-8124 (健まちセンター力石迄)

相田3丁目、8件のご協力を頂きました。誠にありがとうございます。他の地域につきましても引き続きご協力の程、宜しく願い致します。

今年の  
目標

## 災害用の備蓄食品は 定期的に入れ替えましょう

備蓄用に購入していたレトルトカレーが、気が付くと賞味期限を過ぎていた。試しに一度食べたが、味に変化はなかった。

(80歳代 女性)



- 災害発生時に備えて、普段から飲料水や保存の効く食料などを備蓄しておきましょう。1人当たり3日分、大規模災害なら1週間分の備蓄があるとよいとされています。
- 「賞味期限」はおいしく食べられる期限のことであり、食べられなくなる期限ではありません。適切な消費を心掛け、定期的に確認しましょう。
- 日頃から保存性の高い食品を少し多めに買い置きし、賞味期限などを考えながら計画的に使い、新たに買い足す「ローリングストック法」も有効です。

困った時は、消費生活センター等にご相談ください

(消費者ホットライン 188)



何か相談したいことがあれば、

広島医療生協居宅介護支援事業所 (☎879-1870)  
又は、お近くの地域包括支援センターへご連絡ください。