

【災害時等における休館について】

いよいよ本格的な台風の季節になってきました。ご入会時にお渡ししておりますご利用ガイドでもご案内させていただいておりますが、弊社では会員のみならずの来館時の往復の事故防止と、弊社ご利用時の建物への被害があった際の怪我防止の観点より、次の基準において下記の状況各号のいずれかに該当する際は、全館臨時休館させていただきます。

- ① 諫早市内の小中学校が休校となった場合
- ② 諫早市内に避難勧告が発令された場合
- ③ 台風(暴風圏)が本県にさしかかると、直撃予想前日18時までには予想された場合。

判断の基準は人それぞれあるかとは思いますが、万が一のことを考えますと、命に係わることでありますので、弊社といたしましては、公的な機関の判断に準じて判断してまいります。また自然が相手のことですので空振りすることもございますが、そのこととはご理解いただけますようお願い致します。現在のところ天候回復等で途中から開館することもございません。

休館のお知らせは、弊社ホームページに掲載しております。http://www.isahaya-swimming.com

ホームページでご確認いただけない方は、お電話でご確認の上ご来館下さいようお願い致します。留守番電話または呼び出し音が続く場合は、休館させていただきます。ご理解の程よろしくお願い致します。

「素」の自分で素敵な自分になる!

～かっぱのつぶやき～

【ちょっと気になる話】



知っていますか? 「カレーの作り置きが原因で起きる食中毒」原因は「ウェルシュ菌」。「ウェルシュ菌」は土壌や下水等に生息する常在菌です。20～50度の温度を好み、カレー等を作って室温で冷めていく段階で繁殖。発症までの潜伏期間は、6～18時間と少し長めの為気づかない時もあるようです。

(症状)

・水のような下痢 ・腹部膨満感 ・腹痛  
重症化することはまれですが、高齢者や乳幼児は脱水症状に要注意。

(治療)

重症例があまり多くないことから整腸薬を中心とした対症療法

(予防)

- ・基本、前日調理を避け、当日中に食べる
- ・加熱したものは、3時間以内に20度以下に冷まし、室温で保存しない。
- ・保存は、底の浅い容器に小分けしなるべく空気に触れさせる。
- ・加熱時によくかき混ぜ空気を入れ、よく加熱。

かっぱのひとこと  
～ 2017.10月号 ～

平成29年9月22日 発行 (Vol.106)



発行元 株式会社 諫早スイミング  
(文責) 久野 功二  
(健康運動指導士/水泳教師/応急手当普及員)  
〒854-0071 諫早市永昌東町22-50  
TEL 24-0118 FAX 24-0145  
ホームページhttp://isahaya-swimming.com  
メールeisyouhigashi-1@isahaya-swimming.com



携帯サイトが登場!  
ブックマークへ登録してね!

【四季を楽しみましょう②】

日本には四季(春夏秋冬)の他に、立春からはじまり、春分夏至、秋分、冬至や立春、立夏、立秋、立冬。そして大寒で締めくくられる二十四節気。それをさらに七十二候に分け自然を楽しむ習慣がありました。忙しい現代だからこそ、少し四季を楽しんでみませんか。

二十四節気	七十二候	新暦	旬のもの	
			草花	他
秋分	末候	水始めて涸れる みずはじめてかれる	10/3~10/7	金木犀 とらふぐ キンモクセイ トラフグ
	初候	鴻雁来る がんきたる	10/8~10/12	ななかまど ししゃも ナカマト シンヤモ
寒露	次候	菊花開く きつひらく	10/13~10/17	栗 はたはた クリ ハタハタ
	末候	蠡斯戸に在り きりぎりすとにあり	10/18~10/22	柿 鱈 かき サハ
霜降	初候	霜始めて降る しもはじめてふる	10/23~10/27	紫式部 ひよどり むらさきしきぶ ヒヨドリ
	次候	霎時施す しぐれときどきほどこす	10/28~11/1	山芋 きんき ヤマイモ キンキ

内面からにじみ出る美しさで見た目も美しく。

【10月の休館日】お間違えないようご注意ください!

日曜日 1日・8日・15日・22日・29日

祝祭日 9日(月)

月末休館日 30日(月)～31日(火)

**休会届** 【11月休会の届出期限】10月31日(火)  
窓口(日祝不可)・FAX・メールでお受けできます。  
※3ヶ月以上連続の休会はできません。  
休会・退会届の月を遡っての受付はできません。

**退会届** 【10月末退会の届出期限】  
① 10月15日(日) 手数料不要  
② 10月31日(火) 手数料540円必要  
窓口(日祝不可)・FAX・メールでお受けできます。

ちょっとクスツ! シルバー川柳  
還暦は「もう」と「まだ」とを使い分け(\*^-^\*)

ず。どどど

問. 今さら聞けないことわざ。  
□に入る語句は?

- ① □者、身の□知らず  
他人の事はわかって自分事はわからない。
- ② 江戸の敵を□□で討つ  
まったく関係のない、筋の通らない仕返し。



○ 岸と川を繋ぐ橋の柱は ② 舟の舟の音 岸音 ① 舟音

会員ご紹介チケット (本券で1名様有効)



ご入会手続き時に、本チケットを受付にご提出下さい。  
会員紹介特典にてご入会頂けます。(御提出時のみ有効)  
(2週間無料お試し・入会金0円・ご入会年会費半額)

ご紹介会員氏名: \_\_\_\_\_  
(無記名無効)

本券は換金できません。再入会時にはご使用になれません。有効期限: 2017/10/28