

# 『食中毒』は家庭でも発生しています！



『食中毒』というと旅館や飲食店での食事が原因と思われがちですが、家庭の食事で発生していますし、発生する危険性が数多く潜んでいます。普段あたりまえにしていることが、思わぬ食中毒を引き起こすことがあるのです。また、家庭での発生は「症状が軽い・少人数のことが多い」などの理由から、風邪や寝冷えと勘違いして食中毒と気づかないこともあります。

## 食中毒警報って？

食中毒の未然防止のため、細菌性食中毒が発生しやすい夏期を中心に、高い気温や湿度など次のような気象条件の場合に、保健所長が警報を発令し、食品関係施設や一般家庭に注意喚起するものです。食中毒警報が発令された場合は、十分に注意しましょう！

## 発令基準

- ① 日最高気温28℃以上が予想される場合
- ② 前2日間のそれぞれの日最低気温が20℃以上で、かつ、湿度が85%以上の場合
- ③ 前2日間のそれぞれの日平均気温が23℃以上で、かつ、湿度が85%以上の場合
- ④ その他保健所長が特に必要と認める場合

## バーベキューの衛生管理

屋外で気のおけない仲間たちと調理や食事を楽しめるバーベキューは人気のレジャー。しかし、不特定多数の人たちが食材を持ち寄る場合や、アルコールを飲みつつほろ酔いで調理することもあり、厳格な衛生管理は難しいもの。かと言って、あまり神経質になつては、せっかくのリラックスムードも台無しです。

衛生管理のポイントは下記の3点。

確実に加熱調理できる環境を作り、低温管理が可能なグッズを揃え、よく焼けたことを確認して食べること！

### よく加熱して食べる

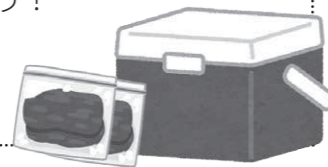
あらゆる食中毒から身を守るための基本は「しっかり加熱」。中心までしっかり火が通っていることを確認しよう！

よく焼きましょう！



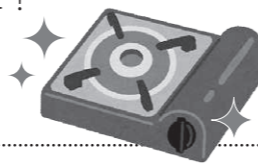
### 低温で運搬・保管する

焼く前の食材、特に肉や魚は低温管理が必須。発泡スチロールの箱やクーラーボックスを活用しよう！



### 道具を点検する

加熱調理器具の火力が不安定だと確実な殺菌ができないので、道具の点検と使い方のチェックは念入りに！



### 衛生管理の便利グッズ

- ① 手指消毒剤 ▶ 調理や食事の前に消毒！
- ② 発泡スチロール箱 ▶ 保冷剤を入れて食材運搬に
- ③ アルコールスプレー ▶ 洗えない器具類の消毒に

詳しくは・・・【問合せ先】保健センター ☎ (574) 3141 ・ 役場住民課 ☎ (574) 2213

# 「健康川柳」応募作品紹介

## 応募作品

※作品の下にある数字が得票数です

いつまでも私の体食べ盛り	9	自分には才能ないと信じてる	1
ダイエット健診おわればやる気なし	5	ドック行こう成年だけにドック行こう	2
お菓子だめいつているけど手がのびる	12	農閑期受ける検診ドッキドキ	3
早歩き頑張運動効果あり	2	さあいくよ年に一度の検診へ	14
起床時を決めているのに守れない	4	腹八分思っているが箸止まず	8
物さがし増えるこのころ認知症	6	ウォーキング明日か今度と先送り	6
ダイエット検診日には間に合わず	12	腹まわり何時の間にかアンコ型	3
嫌だなあ話題はいつも認知症	4	苦楽とも成人病と万歩計	2
認知症見ない日はないよ新聞で	1	検診で油物濃い味だめシヨック	1
健診日願うよ血糖値	3	大好きな漬物1日3枚にする	1
老いていく悲しき未来案じつつ	5	毎日歩き始め心も体も気持ちよく	2
ダイエット私の横でおいしそう	2	ボケ防止牛の仕事が膝痛い	2
長寿病気知らず健診で	5	ドーナツを食べたいけれど血糖値	2
年かさねわが身を思い運動す	4	年おいて保健師たより長生きの	3
健診を受けるも仕事よお父さん	7	1万歩若返りにと背のびして	1
このお腹誰が見ても鏡もち	10	健康は金では買えぬ財産だ	25
健(検)診に行かない旦那地獄行き	4	歩きます後ろに肘を元氣よく	1
体重が3ケタにのると才能あり	16	雪降って運動不足を解消し	4
		高負担 ※1 見て血圧が急上昇	3
		好きなそば嫌いになるよ「モリとカケ」 ※2	3
		ワンツースリー足上げ体操ワンダフル	3
		健診はあかるい未来の道しるべ	2

※1 後期高齢者の掛け金が高すぎて驚く

※2 安倍総理にひとこと

詳しくは・・・【問合せ先】保健センター ☎ (574) 3141

