

保健婦だより

食中毒にご用心

16



高温多湿な日本の夏は、食中毒の発生しやすい季節です。食中毒とは、一般的に細菌や有害な物質のついでに食品を食べることで起こる病気ですが、この中で最も多いのが細菌によるものです。細菌による食中毒は全体の八から九割を占めています。食中毒を起こす主なものとして、サルモネラ菌・ブドウ球菌、腸炎ビブリオなどがあり、いずれも、私たちの身のまわりにいる細菌です。この細菌が高温多湿の環境によって増殖し、食中毒を起こすのです。ふだんの生活の中で次の三つのことに気をつけましょう。

清潔

食中毒にならないためには、まず細菌をつけないことです。調理をする前には必ず手を洗いまししょう。食器、まな板、ふきんなどの調理器具は、煮沸消毒やよく洗って乾燥させることが大切です。また、手に傷などがある場合は、傷口から細菌などが入り込むおそれがありますので、直接食品に触れないように

迅速

食品を買ってきたら、常温のまま長い時間置かず、できるだけ早く調理し、早目に食べましょう。特に生鮮食品には、注意が必要です。

また、食べ残して時間のたったものは、なるべく捨てるようにしてください。

加熱と冷却

細菌は熱に弱く、六十五度以上で加熱するとたいていは死滅します。また食品を十度以下に

冷蔵あるいは冷凍すると、細菌は増殖しにくくなります。しかし、ブドウ球菌食中毒は、細菌が作り出した毒によって食中毒を起こします。この毒は加熱しても解毒しないので、清潔に心がけることが大切です。また、冷蔵庫に食品をつめ込み過ぎると、冷却作用を低下させますので、冷蔵庫の使用方法にも十分ご注意ください。

〈食中毒をおこしやすい食品〉

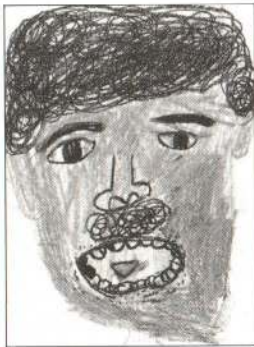
- 魚介類
- おにぎり
- 弁当類
- サラダ

※この時期、料理を作る人も、料理を食べる人も食中毒に気をつけましょう。

ちびっ子ギャラリー

おとうさん

下川沿保育所



たかはし ゆかちゃん
やさしいおとうさんがだいすき!



あぶかわしんごくん
いたずらしてよくおこられるんだ。



まつた こうきくん
いっしょにあそんでほしいな。



屋根付グラウンド 愛称募集



平成二年四月、県立中央公園(雄和町)にオープンする「県営屋根付グラウンド」の愛称を募集します。

「県営屋根付グラウンド」は、おおきな「かまくら」をイメージし、雪に強く、夏に涼しく、スポーツをするのにふさわしい明るい開放的な空間づくりを目指しています。国内の膜構造建築物では、東京ドームにつぐ規模であり、多雪地帯の膜構造建築物としては、世界的にも最大級です。このグラウンドが完成すれば、冬期間でも土を踏んで思いっきりスポーツをするという積雪地に住む人の「夢」が実現します。

〈応募方法〉

- ・官製ハガキに「愛称」と「簡単な理由」、住所、氏名、年齢、電話番号を明記してください。
- ・ハガキ一枚につき一作品としますが、枚数の制限はありません。

〈締め切り〉
8月31日(木)当日消印有効
〈申し込み〉
〒010 秋田市山王4丁目1-1
県土木部公園下水道課
☎ 0188-601816