食中毒を予防しよう！

気温が高くなり、食品が傷みやすくなる季節になりました。
日頃からの注意で、家庭や職場での食中毒予防を心がけましょう。

保健だより

このページに関するお問い合わせは
保健福祉課健康づくり係へ
☎56−2111 内線276・277

＜食中毒予防の３原則＞

１．つけない

食中毒の原因菌が食べ物につかないよう、次のような時は必ず手を洗いましょう。
◎調理を始める前　◎生の肉や魚、卵などを取り扱う前後
◎調理の途中でトイレに行った後　◎鼻をかんだ後　◎おむつ交換をした後
◎動物に触れた後　◎髪や肌を触った後　◎食卓に着く前　◎残った食品を扱う前
生の肉や魚を調理したまな板から、他の食品に食中毒菌が付着した事例もあります。
まな板は使用の都度きれいに洗いましょう。

２．増やさない

細菌の多くは、高温多湿な環境で増殖が活発になります。
食品を購入した際、温度管理に注意しましょう。
◎肉や魚などの生鮮食品、お惣菜などは購入後できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。
◎冷蔵庫に入れても細菌はゆっくりと繁殖します。冷蔵庫を過信せず早めに食べましょう。

３．殺菌する

ほとんどの細菌やウィルスは、加熱によって死滅します。
◎肉や魚はもちろんですが、野菜なども加熱して食べましょう。
◎ふきんやまな板などの調理器具にも細菌やウィルスが付着します。肉や魚、卵等を使った後の調理器具は、洗剤でよく洗ってから熱湯をかけて殺菌しましょう。

小平町高齢者グループハウス「はまなす荘」の入居者を募集しています

＊所 在 地　小平町字鬼鹿港町287番地の１　　**＊募集室数**　４室
＊入居資格　小平町に住所を有する、おおむね65歳以上で介護保険法に基づく要介護認定申請において「自立」と判定された、一人暮らしの方及び夫婦のみの世帯で、別に定める要件を満たす方。
＊使用料等　居室使用料（月額）10,100円
共有室使用料（１人入居の場合）月額2,000円　（２人入居の場合）月額4,000円
※居室における光熱水費（電気料・上下水道料）は、各室ごとの自己負担となります。
＊そ の 他　お申し込みが募集室数を超える場合は抽選となる場合がございますので予めご了承願います。
◎申し込み・問い合わせ先
保健福祉課福祉係（内線272・273）もしくは、鬼鹿支所（☎57−1111）、達布支所（☎58−1111）