



編集・発行 猪名川町 企画部 広報コミュニティ課

〒666-0202 兵庫県川辺郡猪名川町上野字北畑1-1 電話番号 072 (766) 8707 ファックス番号 072 (767) 2255  
ホームページアドレス (URL) <http://www.town.inagawa.hyogo.jp> 電子メールアドレス [koho@town.inagawa.hyogo.jp](mailto:koho@town.inagawa.hyogo.jp)

# 食中毒に注意!

ジメジメとした梅雨の季節がやってきました。これから9月にかけて、食中毒の発生がピークをむかえます。「食中毒」といえば、飲食店や仕出し、集団給食などから発生するという印象を受けていませんか?しかし、家庭での食中毒も決して少なくはありません。本紙を参考に、家族みんなで食中毒を予防し、元気に夏を過ごしましょう。

食中毒はどのようにして起こるのでしょうか?原因のひとつに、水銀・毒キノコなどの「有毒物質」を含んだ食べ物があります。しかし、食中

## 家庭での食中毒予防

食中毒は、手洗いをこまめに行うことや食品を十分に加熱することなど、簡単な作業で予防することができます。次のようなことを身につけ、習慣にしていきましょう。

### 1 食品を買いどき

消費期限を確認し、鮮度

### 2 食品を保存するとき

冷蔵・冷凍が必要な食品は、買ってきたらすぐに冷蔵・冷凍する。肉や魚はビニール袋に入れ、他の商品に触れないように保存し、取り扱う前後は必ず手を洗う。冷蔵庫は容量の7割を目安にして、詰め込み過ぎない。

### 3 下準備をするとき

ふきんやタオル、調理台などが清潔か確認する。作業前や、肉・魚・卵を扱う前後は石けんで手を洗う。肉や魚を切った後のまな板や包丁は洗剤でよく洗い、熱湯消毒も行う。可能であれば包丁やまな板は肉用・魚用・野菜用に分ける。ラップして

### 基本は手洗い

外出から帰った後、トイレに入った後、調理前・調理後、食事の前など、下記の要領でこまめな手洗いを心掛けてください。

- 指輪や時計など、手に付けているものははずす
- 水で充分に手を洗う
- 石けんをよく泡立て、爪の間や指の間もよく洗う
- 流水でよく洗い流し、清潔なタオルでふく

### 4 調理するとき

石けんで手をよく洗う。加熱調理するものは十分加熱する(中心部が75度以上で1分以上)。調理を途中で中断するときは室温で放置せず、冷蔵庫に入れる。熱の伝わりにくいものなどは、時々かき混ぜるなどして、十分に熱が伝わるようにする。

### 5 食事をするとき

食卓につく前に石けんで

### 6 後片付けするとき

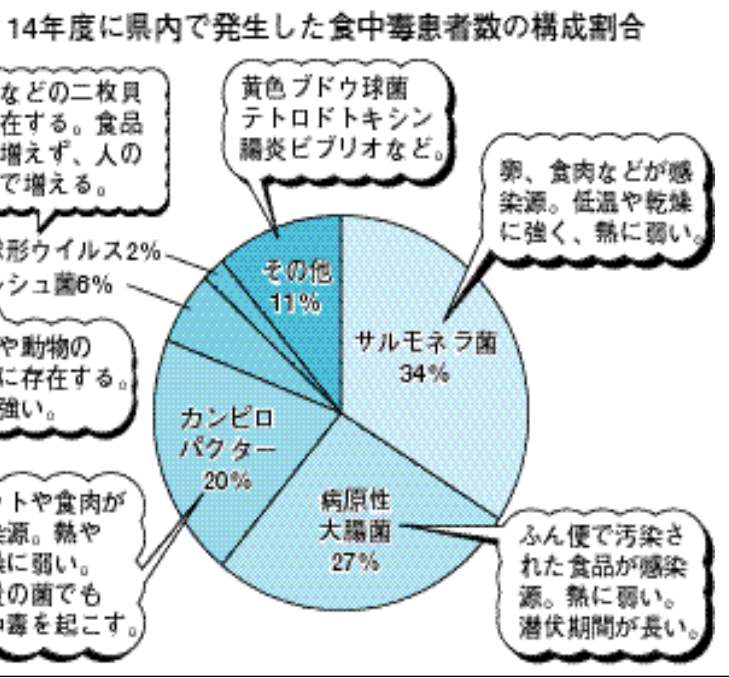
残った食品を取り扱う前に、石けんで手を洗う。早く冷えるように浅い容器に小分けする。温め直すときは十分加熱する。少しでも怪しいと思ったら捨てる。

## 食中毒?と思ったら

食中毒になると、激しい腹痛、下痢、吐き気、嘔吐などが起こります。風邪や寝冷えと勘違いされることがありますが、これを見逃し対処が遅れると、死亡に至るケースもあります。「もしかして食中毒?」と思った時には、医師の診断を受けましょう。特に体の抵抗力の弱い子どもや高齢者などは、少量の菌でも発症・重症化する恐れがあるので注意しましょう。

【家庭での応急処置】  
全身を毛布などで包み温かくする。  
嘔吐があるときは、我慢せずに吐く。  
下痢が激しいときは、水分を十分補給する。また、下痢止めの薬は服用しない。  
救急車を呼ぶなど、一刻も早く病院へ行く。  
問い合わせは、保健センター(766-1000)へ。

## 知識を持って予防しよう!



# 参 加 者 募 集

町内在住の皆さんに、町に対する理解を深めていただくため「ふるさとバス」を運行します。今回は、大野山でのあじさい鑑賞や、新名所 太鼓岩を見学します。

とき 7月3日(木) 午前9時30分 町役場正面口ピー集合(雨天決行)

見学場所 いちごのハウス栽培の見学「果楽土(カラット)」～道の駅いながわ～ 杉生「景福寺」～奥猪名健康の郷(昼食)～大野山のあじさい～太鼓岩



山腹にそびえ立つ太鼓岩

参加費 1,200円(保険代、昼食代他)  
募集人数 30人(先着順)  
持ち物 お茶、歩きやすい靴と服装  
申込み、問い合わせは、6月16日から電話で広報コミュニティ課(766-8707)へ。

大野山のあじさいと太鼓岩を訪ねて

広島市の平和祈念式典に参列し、原爆犠牲者の冥福を祈り、平和の尊さを考えてみませんか。

とき 8月5日(火)～同6日(水)  
ところ 広島平和記念公園(原爆死没者慰霊式並びに平和祈念式参列)

対象 中学生以上の町内在住・在勤者  
主な行程 町役場夜行バスにて出発(5日午後9時集合:車中泊) 広島平和記念公園(6日早朝着) 原爆死没者慰霊式並びに平和祈念式参列 平和記念資料館見学 猪名川町役場着(6日午後6時着)  
募集人数 40人(先着順)  
参加費 1人5,500円  
申込み、問い合わせは、7月5日までに電話で木津総合会館(768-0217)へ。

平和の大切さを考えよう!

## 平和バス