

# 健康ほくほく通信

図 保健介護課 保健係 内線3111、3113～3116

## No.5 食中毒の予防

愛媛県では、9月を集団食中毒防止月間に設定し、食中毒防止対策を推進しています。

9月は依然として気温も高く、夏場の暑さで体力を消耗し、抵抗力も弱っていることに加え、今年は新型コロナウイルス感染症の影響により、特に仕出し弁当やテイクアウト食品を利用する機会が増加していること等から、集団食中毒の発生が危惧される時季です。

食中毒というと、飲食店や施設等での食事が原因と思われがちですが、家庭の中でも発生しています。テレビ番組などで、「思わぬところで食中毒を起こした」というエピソードを目にした方も多いのではないのでしょうか。

食中毒は日常に潜んでいます。どういったことに気を付ければ良いのでしょうか？

### 食中毒予防の3原則は

「つけない、増やさない、やっつける」！

#### ポイント1【菌をつけない！】清潔

手洗い、消毒をしっかりと行いましょう。

魚は真水で十分に洗いましょう。

#### ポイント2【菌を増やさない！】迅速・低温保存

調理した食品は放置せず、早く食べましょう。

生鮮食品や調理後の食品は10℃以下、刺身などは4℃以下、冷凍は-15℃以下で保存します。

調理後、時間が経過しすぎた食品は思い切って捨てることも大切です。

#### ポイント3【菌をやっつける！】加熱

加熱して食べる食品は、中心部まで十分火を通しましょう。



真夏のピークが去ったこの時季。つつい油断しそうになりますが、まだまだ気を引き締め、食中毒の発生を防ぎましょう！

## 北宇和病院 だより

### 当院での感染症 対策について

北宇和病院 院長  
よしだ ゆきお  
吉田 幸生

現在、当院では来院される皆さまに対し、正面玄関での検温と院内でのマスク着用をお願いしております。また、入院患者さんへの面会も極力ご遠慮いただいております。今回の新型コロナウイルス感染症では、町内での集団感染は見られておりませんが、愛媛県内でも病院や介護施設等での集団発生が認められています。本来、皆さんの健康を守るべき医療機関が集団感染の原因となることは、絶対に避けなければなりません。

今後、新型コロナウイルスの再流行だけでなく、インフルエンザや結核、さらには未知のウイルスに対する予防を考慮すると、医療機関での感染対策の徹底は今後も必要不可欠のものと考えられます。

ご面倒、ご不便をおかけしますが、皆様のご理解とご協力をお願いいたします。



### 編集後記

▼アエレルキほくほくで行われた近永駅周辺にぎわい創出イベント。私にとって初めてのイベントの取材となりました。残念ながら北宇和高校生の吹奏楽の演奏や、ポニーの乗馬体験は中止となったものの、多くの来場者がアエレルキほくほくに訪れていました。▼8月1日から始まった食めぐりスタンプラリー。加盟店の中には、よく行くお店もあれば、利用したことがないお店が少なくない方も多いのではないのでしょうか。何回でもチャレンジできるので、あえて行ったことのないお店を利用してみようと思います。(史)

### 今月の1枚



コロナ禍でも容赦なく照りつける夏の日差し。ふと木を見上げるとアフラセミが暑さに負わずに元氣よく鳴いていました。