



子育て情報

その発熱・腹痛・下痢 「食中毒」かもしれません

夏は細菌による食中毒が多くなる季節です。特に乳幼児は細菌に対する抵抗力が弱いので、食中毒になると大人よりも症状が重くなりやすいです。

正しい知識を身に付け、お子さんを食中毒から守りましょう。

【家庭でできる食中毒予防の6つのポイント】

- ①食品の購入
 - ・消費期限をチェックし、寄り道せずに戻す
- ②家庭での保存
 - ・すぐに冷蔵庫へ。中身は7割程度に
 - ・肉、魚は汁が漏れないよう包む
 - ・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に
- ③下準備
 - ・冷凍食品の解凍は冷蔵庫で
 - ・野菜はよく洗い、調理前の肉や魚は他の食材から離す
- ④調理
 - ・加熱の目安は中心部分が75℃以上で1分以上
 - ・電子レンジでの加熱は均一に熱が伝わるように
- ⑤食事
 - ・長時間室温に放置せず、盛り付けには清潔な器具、食器を使う
- ⑥残った食品
 - ・少しでも怪しいと思ったら思い切って捨てる
 - ・清潔な容器に、早く冷えるよう小分けして保存
 - ・温めなおすときも十分に加熱（75℃以上）

※どのポイントでも、こまめな手洗いを忘れずに！

赤ちゃんが身近にいる人へ

1歳未満の赤ちゃんがハチミツを食べると乳児ボツリヌス症という食中毒にかかることがあります。ボツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。

乳児ボツリヌス症は、ほとんどの場合、適切な治療により治癒しますが、まれに亡くなることもあります。赤ちゃんにハチミツやハチミツ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。

健康増進課 母子保健係

☎ 554-6100 FAX554-6101

「うちエコ診断」受診者募集

“家庭の省エネ”をアドバイスする「うちエコ診断」の受診者を募集します。

環境省認定の公的資格を持つ「うちエコ診断士」が地域に出向き、受診家庭の省エネ・地球温暖化対策のアドバイスを無料で行います。省エネ対策はCO2排出量や電気光熱費の削減につながります。

自治会や企業などで「省エネ・節電提案会」の開催を希望される人、または、個人で「うちエコ診断」の受信を希望される人は下記にご連絡ください。

- 定員…100世帯
- 締切…12月上旬
- (定員に達し次第募集を締め切ります)

滋賀県地球温暖化防止活動推進センター

☎ 569-5301 FAX 569-5304

✉ ondanka@ohmi.or.jp



草津警察署安全伝言板

◆安全第一で夏のレジャーを楽しもう◆

<水辺での遊び>

- ・お酒を飲んだ時は水に入らない
- ・ゲリラ豪雨など急な気象変化に気を付ける
- ・子どもだけで行かせない、目を離さない
- ・プレジャーボートなどを楽しむ場合は救命胴衣を着用する

<登山>

- ・事前に登山計画を立て、必ず登山届を出す
- ※ネットからでも登山届が提出できます
(滋賀県警察ホームページからアクセスできます)
- ・日帰りでも装備はしっかり整える

草津警察署

☎ 563-0110 FAX563-0116

滋賀県警察ホームページ

<https://www.pref.shiga.lg.jp/police/index.html>