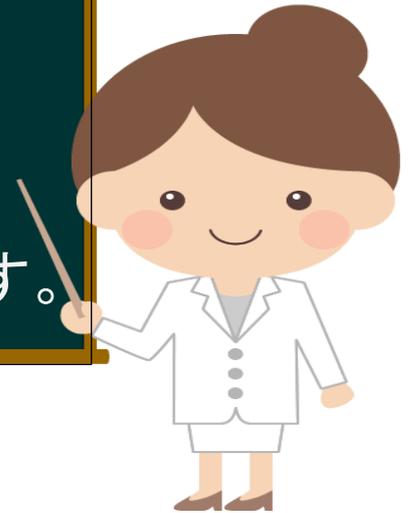


今回は、

## 「食中毒」

のお話です。



今回は「食中毒」についてお話ししたいと思います。

食中毒は一年を通してかかる可能性があります  
が、特に「気温や湿度が高い時期」…梅雨時と9～10月に食中毒の

発生が多い時期と言われ

ています。これからその時期に突入していきますので、今回はこのテーマをお話していきます。



「感染症サーベイランス」という機関をご存知ですか？「〇〇県 サーベイランス」で検索すると直ぐに県の管轄ページに行けます。

この「感染症サーベイランス」は、「感染症の発生状況を調査・集計することにより、感染症の蔓延と予防に役立つシステム」という

仕組みで、**現在流行っている感染症**

などが時系列で表記されています。

感染症にかかった患者さんを診察した医師や医療機関は一定基準と期間のもと関係機関に報告しなければならないとされています。

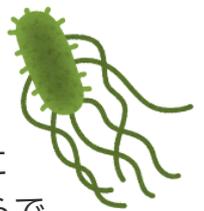
これにより、一人単位まで人数や何の感染症か把握できるようになっています。

特に医療職や関係機関はサーベイランスの報告を見ていることが多く、現在流行している食中毒などを追うことができるというわけです。

「真夏は食物が傷みやすい」季節です。

例えば、朝はまだ涼しく上着一枚必要だったり、午前中は日差しも弱く、曇りかな？と思っていたらお昼近くになり気温がどんどん上昇し、それに伴い、湿度も上がり、まるで夏になったかのような気温上昇もニュースで聞かれるようになりました。

“食中毒の原因は O-157、カンピロバクターが原因で、”と、ニュースなどで原因となるものの名前を聞いたことがあると思いますが、これらは細菌やウイルス、寄生虫など、その大きさや形態などによって分類されています。それによって、対処法が変わってくるからです。



では、ご家庭で出来る食中毒予防はどうしたら良いでしょうか？

**「つけない、ふやさない、やっつける」**

と覚えてください。



お買い物をしたあと「つい、立ち話」したことはありませんか？

立ち話ではなくても、食品購入したあと、銀行やクリーニングなど何か他の用事をついでに行い、食品を5分、10分車内においたままにしたことはないですか？

帰宅後直ぐに冷凍庫や冷蔵庫にしまっていますか？(帰宅後は先ず手洗いしてから冷蔵庫、冷凍庫にいれましょう)

冷蔵庫は庫内の7割くらい、冷凍庫は9割くらい入れることが保存にとって理想とされています。



また、冷蔵庫のドアの頻回な開閉は避けましょう。冷蔵、冷凍の温度が変化しやすいからです。こうしたことを意識されることで食中毒のリスクを低減できると言われています。

更に、調理する時は

- ① 十分に洗う
- ② 直ぐに調理する
- ③ まな板・包丁の取り扱い、調理中の手洗いに注意しましょう。



食中毒は直ぐに身体症状として出てくるものもありますが、2~3日して現れるものもあります。



今の季節は食中毒になりやすい時期でもあります。お子さんやご家族、ご自身の為にこういう部分にも注意していきたいと思えます。

