

令和6年7月1日

# ふれあい通信

第412号


発行

社会福祉法人  
姫路市社会福祉協議会

姫路市安田三丁目1番地  
姫路市総合福祉会館内

TEL 079-222-4212

FAX 079-222-4256

ひとくちメモ 

## 食中毒を予防しよう

蒸し暑くなってくると気をつけたいのが、食中毒です。食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内に侵入することによって発生します。

食中毒の原因となる菌やウイルスは何種類もありますが、食中毒の発生件数が多い種類と対策について、いくつかご紹介いたします。

食中毒になると、腹痛、下痢、発熱、吐

き気などの症状が出ます。

食中毒について知り、適切に予防しま

しょう。食肉を十分に加熱調理しましょう。

食肉に触れた調理器具は、使用後に洗

浄と殺菌を行いましょう。

【腸管出血性大腸菌O157】

【カンピロバクター】

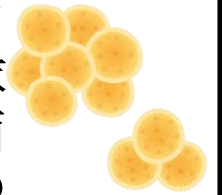
しょう。

食肉に触れた調理器具は、使用後に洗

浄と殺菌を行いましょう。



## 【黄色ブドウ球菌】



食材等に黄色ブドウ球菌の付着を防ぐために、手洗いとアルコールによる消毒をしましょう。



他にもサルモネラなど、色々な食中毒の発生原因菌やウイルスがあります。発症した場合、症状の重さは人によって異なりますが、嘔吐を繰り返すなど症状が重い時は、早目に医療機関を受診しましょう。

手洗いや適切な食品の保

管、また適切に加熱調理する

ことなど、基本的な予防を心掛けるようにしましょう。

### 《食中毒予防の三原則》

一、調理前に必ず手洗いをす

る(菌をつけない)

二、生鮮食品はすぐに冷蔵庫

に入れる(菌を増やさない)

三、食材を中心までよく加熱

する(菌をやっつける)



食事の前にも手洗いしよう!



福祉総合  
相談

専門のワーカーがさまざまな福祉問題をお聞きし、解決に向けてお手伝いをします。

介護サービス  
相談

介護保険サービスを利用するための申請から、サービスを利用できるまでを全面的にお手伝いします。

ご相談は...

姫路市社会福祉協議会

〒670-0955 姫路市安田三丁目1番地  
姫路市総合福祉会館内

フリーダイヤル(受付時間:8:35~17:20)

**0120-208-606 (通話料無料)**

ケアプラン、ホームヘルパーのご相談・ご依頼は

姫路市社会福祉協議会

すこやか介護支援センター

〒670-0954 姫路市栗山町151-2

フリーダイヤル(受付時間:8:35~17:20)

**0120-108-999 (通話料無料)**