



今年も暑い夏がやってきます。温暖化で年々暑くなってきており、クーラーが必需品になってきています。電気代も毎年頭を悩ませる時期ですね。さてこの時期に心配なのは、食中毒です。食中毒については、家庭でも発生しています。7月号では食中毒を防ぐための予防の3原則を紹介していきたいと思います。



## 6月～8月の食中毒の原因は「細菌」と「ウイルス」です！！

食中毒の原因となる細菌やウイルスは目に見えないため、どこにいるか分かりませんが、私たちの周りの至る所に存在している可能性があります。

肉や魚などの食材には、細菌やウイルスが付着しているものと考えましょう。

また、いろいろな物に触れる自分の手にも、細菌やウイルスが付着していることがあります。

細菌やウイルスの付着した手を洗わずに食材や食器などを触ると、手を介して、それらにも細菌やウイルスが付着してしまいますので、特に注意が必要です。

綺麗にしているキッチンでも、食中毒の原因となる細菌やウイルスがまったくいないとは限りません。食器用スポンジやふきん、シンク、まな板などは、細菌が付着・増殖したり、ウイルスが付着しやすい場所とされています。

下記で、食中毒予防の三原則を紹介します。

### キッチンから気をつける 食中毒予防の3原則



食中毒菌を



食中毒の原因菌は「つけない」「増やさない」「やっつける」！

- 1 つけない→洗う！分ける！
- 2 増やさない→低温で保存する。
- 3 やっつける→加熱処理！

※以上が予防法となります。その中で手洗いが一番重要となります。

お子さんやお孫さんと一緒に手洗い6ポーズをやってみましょう！！

石鹸で洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。



## 今月号の脳トレクイズです！

Z

- 1 「タタタタタタ」これが表すものはなんですか？  
※ヒント→「タ」は何個あるか数えてみましょう。
- 2 7月にだけ流れる川は何ですか？  
※ヒント→夜空にあります。
- 3 金を見るとびっくりしてしまう魚は何ですか？  
※ヒント→びっくりすることを別の言葉で表してみましょう。



### 前回の回答

- 1 イチジク 2 さくらんぼ 3 バナナ 4 かぼちゃ 5 とうもろこし
- 6 あさり 7 ふぐ 8 ししゃも 9 ひじき 10 うどん