



あじさいの花も色づき始め、梅雨の気配を感じるころになりました。梅雨の時期は気温や湿度も高くなり体調を崩しやすい時期になってくるので気を付けて過ごしていきたいですね。

気温や湿度が上がってきて食品の管理などが不十分だと食中毒が発生しやすくなります。今月号は「食中毒」が起こる原因と対策についてご紹介していきます。

食中毒の原因…

食中毒を起こすもととなる細菌やウイルス、有毒な物質がついた食べ物を食べることによって起こります。主な症状は下痢・発熱・腹痛・嘔吐・吐き気などで原因になる細菌やウイルスの種類によって発症する時間や病状は様々で時には命にかかわることもあるとても怖いものです。気温と湿度が高い6月頃から9月頃に細菌やウイルスが育ちやすいため感染する人が増えていきます。細菌やウイルスは特別なものではなく土の中や水など普段触れるものに存在しています。

食中毒をいせぐための3つのきまり

1 つけない	手や食器、食材など触れるものをしっかりと洗い細菌を流す。肉や魚などの生ものは他の食品とは分けて包んで保存しましょう。 調理に使った器具は洗浄・消毒し衛生的に保管できるようにしましょう。
2 ばやさない	細菌などは時間とともに増えるため生ものや作った料理はすぐに食べましょう。すぐに食べない料理などは熱を冷ましてから冷蔵や冷凍しましょう。 冷凍した食品を解凍する際には冷蔵庫内や電子レンジで行うようにしましょう。
3 やっつける	料理をするときには食材を十分に加熱することで細菌やウイルスは熱に弱いのでやっつけることができます。食中毒が流行る時期は特に生ものを食べるには十分に注意が必要です。



📄 《利用登録受付中》

ご利用には、事前の登録が必要です！

『子どもが急な発熱、でも仕事は休めない…』
急な利用に備え、事前に登録して頂くことをお勧めします。



※登録には電話予約をしてから来てください。
※必要書類は昭島市のホームページ、または昭島市役所にございます。

月～金曜日 10:00～18:00 (祝日、夏期休暇、年末年始を除く)

☎ 042-519-7868 (担当: 澤田)

住所: 東京都昭島市松原町1-2-1 太陽こども病院 1階保育室

はぐみからのおねがい…

はぐみの入室は面談時・送迎時ともに保護者1名でお願いします。また、感染症拡大防止策でマスクの着用(幼児以上のお子さまを含む)・手指の消毒・検温のご協力をお願い致します。

