

すこやかメニュー

食中毒対策は万全ですか？

食中毒の主な原因である細菌は、気候が暖かく、湿気が多くなる6月頃から夏にかけて増殖が活発になります。岩見沢保健所では、高温多湿が予想される期間に「食中毒警報」を発令していますが、昨年5月24日から9月9日までの間に10回発令されました。

肉や魚など家庭でも取り扱う食材には、食中毒の原因となる細菌やウイルスが付着しているものと考え、食中毒を予防するために次の「食中毒予防の三原則」をおさえておきましょう。

●「つけなご」

〜洗う・分ける

食中毒の原因となる細菌やウイルスを食べ物につけない

よう、こまめに手を洗いましょう。また、肉や魚の汁が他の食品に付着しないよう、保存や調理時に注意が必要です。

●「増やさなご」

〜低温で保存する

細菌の多くは10℃以下で増殖がゆっくりとなり、マイナス15℃以下で増殖が停止します。

●「やつつける」

〜加熱・殺菌処理

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅します。で、しっかりと加熱して食べましょう。また、肉や魚、卵などを扱った調理器具は、よく洗い熱湯をかけるか、台所用殺菌剤を使って殺菌しましょう。

実践しよう！家庭で食中毒を防ぐ6つのポイント

① 買い物では持ち歩く時間を減らすため、肉や魚、野菜などの生鮮食品を買う順番は最後にする

② 要冷蔵、要冷凍など温度管理が必要なものは、速やかに冷蔵庫・冷凍庫に保存する

③ 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫はマイナス15℃以下に保ち、詰め込みすぎない

④ 冷凍食品は自然解凍を避け、使う分だけを冷蔵庫や電子レンジで解凍する

⑤ 作った料理は室温に放置せず、すぐに食べるか、冷蔵庫に保存する

※0-157は室温に15分放置すると2倍に増殖します

⑥ 温め直すときもしっかり加熱する

十分に気を付けていても食中毒は避けきれない場合があります。食中毒の症状の多くは1〜2日後に発症しますが、食後30分で起こったり、1週間後に起こる場合もあります。嘔吐や下痢などの症状が現れたら早めに病院を受診しましょう。

☎ 53・3155

問合せ先 保健福祉課保健係



健康ひるば

●町立病院
TEL 53-2241
FAX 53-2242

●岩見沢保健所
TEL 20-0200
FAX 22-2514

●保健センター
TEL 53-3155
FAX 53-3177

健康カレンダー

6月 16 ~ 30日

15日 乳幼児健診 13:00~15:00 保健センター

※他の行事の開催については未定です



町立病院外来診療 6月16日 ~ 7月15日

- 整形外科 (午前)
6月16日(火)、6月30日(火)
- 整形外科 (午前・午後)
6月17日(水)、24日(水)、7月1日(水)、8日(水)、15日(水)
- 眼科 (午後)
6月16日(火)、23日(火)、30日(火)、7月7日(火)、14日(火)
- 皮膚科 (午後)
6月19日(金)
- 終日休診 土曜日・日曜日・祝日

戸籍の窓

ごめいふくを お祈りします

4月20日

桑原 惣一さん 72歳 北農場1

5月8日

工藤 なみよさん 94歳 新宮2

5月16日

五十嵐 太郎さん 96歳 市南1

お詫びと訂正

5月7日発行広報5月号中、誤りがありました。次のとおり訂正し、お詫び申し上げます。

15ページ、「戸籍の窓」中、
児玉努さん→児玉務さん

ご厚志ありがとうございました

月形町へ

●会社創立50周年の記念として
株式会社シンオシマ 様 (七飯町)
500,000円

☎ 社会福祉協議会へ

●亡夫の生前のお礼として
石川 京子様 (札比内3)
50,000円
(故忠勝様)

●亡母の生前のお礼として
服部 栄様 (昭栄)
30,000円
(故定子様)

●亡母の生前のお礼として
工藤 克己様 (新宮2)
50,000円
(故なみよ様)

※寄附に係る氏名および金額の掲載は、
本人の承諾を得て掲載しています

【編集後記】

本号では、札沼線の歴史を特集しました。開通までの苦労や戦時中のレールの使われ方など、調べてみると知らないことばかりでした。次号では、新しい公共交通となったバスについて、詳しく特集する予定です。お楽しみに！

図書館だより

開館日 毎週月～土曜日
開館時間 午前10時～午後6時
貸出 午後5時30分まで

おすすめ図書

「うちの父が」

運動をやめません

垣谷 美雨 著

新着図書

果たして父は運動をやめるのか、雅志の出した答えとは？心温まる家族小説！

「また高齢ドライバーの事故かよ。」猪狩雅志はテレビニュースに目を向けた。そして気づく。「78歳ってい

「山岳捜査」

菅本 稜平 著

なるのだ。「うちの親父に

「たおやかに輪をえがいて」

窪 美澄 著

限って」とは思うものの、

「帝都地下迷宮」

中山 七里 著

妻の歩美と話しているうち

「わかれ縁」

西條 奈加 著

もあって夏に息子の息吹と

「クスノキの番人」

東野 圭吾 著

帰省したとき、父親に運動

「おおかあさんの扉」

伊藤 理佐 著

をやめるよう説得を試みる

「9」

伊藤 理佐 著

が、うまくいかず。通販の

「おおかあさんの扉」

伊藤 理佐 著

利用や都会暮らしのトライ

「おおかあさんの扉」

伊藤 理佐 著

日曜開館日

毎月一度、日曜日に図書館を開館しています。皆さんぜひご利用ください。

6月14日(日) 8:45～

7月12日(日) 13:00

休館日

6月7日、15日、

21日、28日、

7月5日、13日

次回のおはなし会

おはなし会を開催します!

当日はハーモニカや絵本の読み聞かせなどをおこないます。

ぜひご家族皆さままでお楽しみください!

開催日 6月13日(土)

時間 10:30～11:15

場所 月形町図書館2階 会議室



問合せ先

月形町図書館 ☎ IP 53-3677

月形川柳社の作品

春うらら新人社員の皆を押す

石川 清柳

春の日に冒険心がわいて来る

灯矢 ひかり

溜息と欠伸で暮れる春の乱

灯矢 えみこ

手洗いとマスクに命かけている

高崎 恵子

おお怖いコロナウイルス闊歩する

本間 柳子

