すこやかメニュー

夏が来る前に！食中毒予防

食中毒は、有毒な細菌やウイルスが原因で、腹痛、嘔吐、下痢、発熱といった症状が現れます。特に暑くなる夏場は細菌が増えやすいため、食中毒が発生しやすくなります。気温が上がってきた今のうちに、夏場の食中毒を予防する方法を確認しましょう。

食中毒の原因となる細菌とは？

食中毒の主な原因となる細菌と、特に発生しやすく注意したい食材をご紹介します。

①カンピロバクター：食肉全般、特に鶏肉。②黄色ブドウ球菌：調理する人の手から感染。③病原性大腸菌（O－157）：牛レバー。④サルモネラ菌：生肉、特に鶏肉と卵。⑤ウェルシュ菌：煮込み料理、煮付け。⑥セレウス菌：米や小麦などの穀類

ほとんどの細菌は動物の腸管や自然に存在します。適切な調理方法で細菌感染を予防しましょう。

食中毒予防の三原則を守りましょう

家庭で発生する食中毒は、食材の取り扱いが不適切なため起こることがほとんどです。食中毒を予防するために次の三つの原則を守りましょう。

①付けない（菌を他の食品に付着させない）

食材を取り扱う前と後に、手指をしっかりと洗いましょう。もともと手についている細菌や食材に触れてついた細菌を洗い流します。包丁やまな板といったキッチン用品も同じように食材ごとに洗ったり、使い分けましょう。また、肉や魚はポリ袋やラップでしっかり包み、冷蔵庫で保存しましょう。冷蔵庫内で他の食材に触れるのを防ぎます。

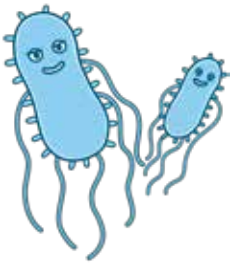
②増やさない（菌が増殖する環境に置かない）

冷蔵品や冷凍食品はパッケージに記載してある通りに保存しましょう。また、作り置きのおかずや煮込み料理などは冷ましてから冷蔵庫にいれ、早めに使い切りましょう。

③やっつける（殺菌・消毒して死滅させる）

多くの細菌は75℃以上で1分以上加熱すると死滅します。そのため、十分に加熱することでほとんどの食中毒は防ぐことができます。使用後の調理器具の殺菌には塩素系漂白剤などが有効です。食品カスが残っていると十分に消毒できませんので、洗剤で洗ってから消毒しましょう。

普段の調理において三原則に気を付けるだけで食中毒を予防できます。夏場だけでなく、1年を通して意識し、おいしい食事を楽しみましょう。



保健センターからのお知らせ

今月の無料法律相談

月形町では、毎月弁護士による無料法律相談を開催しています。

なお、前日までの事前申込が必要です。

開催日時　5月14日㈬　午後1時～午後2時30分

開催場所　交流センター

相談内容　相続、離婚、金銭賃借、損害賠償問題など

事前申込期限　5月13日㈫

申込・問合せ先	保健福祉課地域福祉係 ☎ IP 53・3155

旧優生保護法補償金について

特定の障がいや疾病のある方に対し、旧優生保護法に基づく優生手術・人工妊娠中絶などを受けることを強いられて被害を受けた方々へ、補償金や一時金が支給される法律「旧優生保護法補償金等支給法」が施行されました。

北海道では補償金などの対象となる方々からの相談や請求の受付を行っています。詳しくは下記QRからご覧ください。

問合せ先	旧優生保護法に関する相談支援センター ☎ 0120・031・711

戸籍の窓

ごめいふくを お祈りします

3月27日
植　松　　馨さん　91歳　中野

3月31日
菊　地　鴻　一さん　78歳　北農場1

4月10日
板　垣　徹　夫さん　83歳　市北6

4月12日
亀　倉　榮　子さん　83歳　市南3

ご厚志ありがとうございました

町内小学校へ
●新入学生へ配布してくださいと
札幌地区トラック協会岩見沢支部
支部長　髙橋　博昭　様
リフレクター　15個

㊫社会福祉協議会へ
●亡父の生前のお礼として
植　松　　彰　様(中野)
(故馨様)

有料広告を募集します

広報つきがたでは有料広告を募集しています。

申込期限は、掲載を希望する月の前々月の月末までに申込みが必要です。企業や事業所のPRやイメージアップなどに、ぜひご活用ください。

「有料広告募集」は、下記QRよりご覧ください。

詳細はコチラ→

ご存じですか？

過去の広報紙や折込みチラシは町のホームページで見ることができます。

広報紙や折込みチラシのPDF版を公開していますので、ぜひご覧ください。

広報紙リンク▲

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

新着図書
「しっぽ食堂の土鍋ごはん」
―明日の歌とふるさとポタージュ―
金原　ひとみ　著

「しっぽ食堂」はぶっきらぼうな店主・中堂陸が営む、土鍋でつくるあたたかなごはんのお店。夫が病気になってしまった妊婦や落ち込んでいる保育園の園長先生、片思いしている男子高校生、悩めるお客さんを優しくて美味しい料理とかわいい看板猫の〝しっぽ〟が癒していく。

新着図書
「その復讐、お預かりします」
原田　ひ香　著

売れないシンガーソングライターの紬は、唯一の仕事もなくなり途方にくれていた。そんなとき偶然訪れたのは、神社の裏にある「しっぽ食堂」だった。〝土鍋料理と定食、猫の店(しっぽの長い猫がいます)〟の看板に惹かれて、古民家風の店内に足を踏み入れた。

「私の最後の羊が死んだ」
河崎　秋子　著

「謎の香りはパン屋から」
土屋　うさぎ　著

「働きながら家族のごはんを作るために」
藤井　恵　著

「親への小さな恩返し100リスト」
田中　克典　著

close
休館日

5月
3日、4日、5日、6日、11日、18日、25日

6月
1日、8日、15日、22日、29日

次回の おはなし会

おはなし会を開催します。
絵本の読み聞かせや大型かみしばいなどをおこないます。
ぜひお越しください！

開催日　5月24日(土)
時　間　10：30～11：10
場　所　月形町図書館2階　会議室

インターネットで蔵書検索
「図書館検索システム」
http://210.190.119.167/tsukigata/

問合せ先 | 月形町図書館 ☎IP53-3677

今月の表紙

4月8日、新入生が期待に胸を膨らませ、新しい学校生活をスタートさせました。入学式では、先生や上級生に温かく迎えられた新入生が緊張した面持ちで入場し、担任の先生から一人ずつ名前を呼ばれると、大きな声で返事をしていました。

式の後は、1年生教室での初めてのホームルームが行われ、子どもたちは、真新しい教科書を興味津々で手に取り、これからの学校生活を楽しみにしていました。