



平成 30 年 8 月号
福井県丹南健康福祉センター
Mail: t-fukusi-c@pref.fukui.lg.jp
Tel: 0778-51-0034



8月は食品衛生月間です

夏期は温度、湿度とも高くなり、食品の取扱いによっては食中毒を起こしやすい季節です。

食品を取り扱う際は十分に手洗いを行い、家庭での食中毒予防に努めてください。

食品衛生月間



厚生労働省ホームページをご覧ください。

できていますか？衛生的な手洗い

 1 流水で手を洗う	 2 洗剤を手に取る <small>両手を洗うのに十分な量の洗剤を取りましょう</small>	 3 手のひら、指の腹面を洗う	 4 手の甲、指の背を洗う	 5 指の間(側面)、股(付け根)を洗う	 6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う
 7 指先を洗う	 8 手首を洗う(内側・側面・外側)	 9 洗剤を十分な流水でよく洗い流す	 10 手をふき乾燥させる	 11 アルコールによる消毒	<p>2度洗いが効果的です! 2~9までの手順をくり返し2度洗いで菌やウイルスを洗い流しましょう。</p>

手洗いのタイミング

特に調理前とトイレの後は、**2度洗いを**行いましょう!

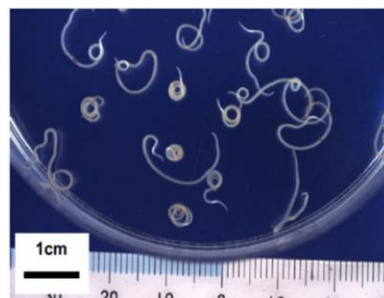
- ・ 調理を始める前
- ・ 食品に直接触れる作業の直前
- ・ 生肉、魚、卵などに触れた後
- ・ トイレの後
- ・ 配膳の前
- ・ 食卓につく前



知っていますか？寄生虫 食中毒

アニサキス

- ◆長さ2～3cm、幅は0.5～1mmくらいで、白色の少し太い糸のように見える寄生虫の一種です。
- ◆サバ、イワシ、カツオ、イカなどの魚介類に寄生します。
- ◆魚の鮮度が落ちると、魚の内臓から筋肉に移動します。
- ◆食後数時間から十数時間で、みぞおちの激しい痛み、悪心、嘔吐などを発症します。



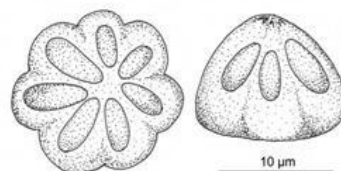
(厚生労働省ホームページより引用)

予防方法

- ◆新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除く。◆目視で確認して、アニサキス幼虫を除去する。
- ◆-20℃で24時間以上冷凍する。◆60℃で1分以上、または70℃以上で加熱する。

クドア・セブテンpunkタータ

- ◆ヒラメに寄生する寄生虫（粘液胞子虫）の一種です。
- ◆クドアが寄生しているヒラメは見た目に変化がなく、また、肉眼で寄生虫を確認することはできません。
- ◆食後、数時間（4～8時間）で下痢、嘔吐などを発症します。（平成23年4月25日厚生労働省薬事・食品衛生審議会食品衛生分科会食中毒乳肉水産食品合同部会「資料2」から抜粋）
- ◆発症のメカニズムなど不明な点も多く、研究が続けられています。



クドア・セブテンpunkタータ

（平成23年4月25日厚生労働省薬事・食品衛生審議会食品衛生分科会食中毒乳肉水産食品合同部会「資料2」から抜粋）

予防方法

- ◆-15℃～-20℃で4時間以上冷凍する。 ※養殖段階での寄生虫保有魚の排除も有効です。
- ◆中心温度75℃で5分以上加熱する。（産地で検査などが行われています。）

平成30年度

悩みごと総合相談会

予約制
相談無料

お知らせ

一人で抱え込まないでください。
あなたの話を聴いてくれる人がここにはいます。

「法律」「こころ」「依存症」「多重債務」「生活困窮者への自立支援」「健康」の悩みごとを、様々な分野の専門家に相談できます。

【日 時】 平成30年9月2日（日）午後1時～午後4時

【場 所】 福井県丹南健康福祉センター 鯖江庁舎

【相談時間】 1回につき30分 個別相談

*時間をかえて、複数の分野の相談員に相談することもできます。

【相談スタッフ】 弁護士、精神科医、臨床心理士、福井ARC施設長、
生活自立支援員、女性相談員、保健師

【申込み先】 福井県丹南健康福祉センター健康増進課

(TEL : 0778-51-0034)

悩みごと総合相談会 健康増進課

