

ホッと保健室

岡山県に食中毒注意報が発令中！！

食中毒にご注意を・・・



～食中毒予防の3つのポイント～



1. 調理前、食事前に手を洗う
2. 食品をしっかりと加熱する
3. 調理後すぐに食べる



手に傷はないですか？

黄色ブドウ球菌 

お弁当やおにぎり等が原因で多く発生しています。

- ・常温で菌は増殖します。
- ・料理する前は手洗いをすることと食品を冷蔵庫(10℃以下)で保存することが大切です。



カレーを常温で鍋ごと放置してませんか？

ウェルシュ菌 

カレーなどの煮込み料理等で発生が見られます。
・100℃、6時間の加熱でも生き残ります。

- ①作ったらずるすぐ食べる
 - ②すぐに冷まして冷蔵庫で保存
 - ③再加熱する時はしっかりと加熱
- この3つが予防方法です。



鶏肉、しっかりと加熱できていますか？

カンピロバクター 

加熱不十分な鶏料理が原因で食中毒が起こります。

- ・わずかな菌数でも発症します。
- ・しっかりと加熱することが1番の予防方法です。



多くの菌は85度以上、90秒の加熱で死滅します。

《ただし100度以上、30分の加熱をしても毒素がなくなる菌もあります。》

延期になっていた耳鼻科健診・歯科健診を以下の日程で実施します。

○耳鼻科			
日程	小学部	中学部	高等部
7月8日(木)	4～6年		3年
7月15日(木)	1～3年	1～3年	
○歯科			
日程	小学部	中学部	高等部
7月2日(金)	1～6年		
7月9日(金)		1～2年	1年
7月16日(金)		3年	2～3年

～前日、当日朝の耳掃除、丁寧な歯みがきをよろしくお願いします～

岡山県 新型コロナ感染症
リバウンド防止強化期間
6月21日から7月20日まで

5つの「岡山ルール」

5  外出
削減

生活必需品の買い物も含めて

4  会食
人以下

2時間以内で家族や毎日会う人たちと

3  NO密
密回避

NO 密閉・密集・密接

2  移動後
週間
体調管理

感染拡大地域との往来は避けて

1  守る
3枚のマスク

あなたとあなたの大切な人を守る

0  感染
リスク
近づけよう

みんなで守ろう