

知って防ごう！食中毒

食中毒は、飲食店での食事が原因だと思われがちですが、家庭でも発生しています。次の3原則を守って、食中毒を予防しましょう。

問 健康推進課 ☎ 24-0816 ☎ 24-5870



1 菌をつけない

- 調理の前や、肉、魚、卵を取り扱った後、トイレやおむつ交換、鼻をかんだ後や動物に触れた後、食卓に着く前、残った食品を片付ける前には手を洗う。
- 包丁やまな板など、調理器具は使用のたびによく洗い、できれば殺菌する。肉や魚、野菜は別々の器具で調理する。

2 菌を増やさない

- 食品は、できるだけ早く冷蔵庫に保存する。
- 冷蔵庫に入れても細菌は増殖するので、作った料理は早めに食べる。

3 菌をやっつける

- 食品の中心部までしっかりと加熱する（中心部を75℃以上で1分以上）。
- 電子レンジで加熱する場合は、じゅうぶん加熱できるよう、ときどきかきまぜる。
- 包丁、まな板、ふきんなどは、熱湯で消毒し、よく乾燥させる。台所用殺菌剤の使用も効果的。



低炭素社会推進トピックス

すだれや緑のカーテンで室内を涼しく！

夏の暑さ対策！ 遮熱で快適に暮らそう



▲緑のカーテン

■夏の冷房負荷を減らす「遮熱」

部屋に差し込む日差しを上手に遮れば、室温上昇が抑えられます。特に、窓の外側で日よけをする「遮熱」はとても効果があります。

■いろいろな方法があります

すだれ、よしず、シェード、ベランダカーテン、植物を使った緑のカーテンなどで室内を涼しくして、省エネをしながら、快適に過ごしましょう。



■適正冷房（室温28℃）・軽装勤務を

関西広域連合では「夏のエコスタイル」など、省エネ行動の取り組みを呼びかけています（詳しくは右のQRコード）。



問 生活環境課 ☎ 30-6116 ☎ 27-0395