夏場の食中毒予防

家庭でできる6つのポイント

今年も食中毒警報が発令される季節が近づいてきました。コロナ禍での我が国の食中毒事故の発生件数は、どのようになっていると思いますか。

厚生労働省の公表では、コロナ禍前の令和元年の食中毒事故は、1061件発生しています。その後、コロナウイルスによる初の国内感染者が出た令和2年は887件、そして令和3年は717件と、減少傾向にあります。これは、やはり外食の機会が減ったことによるものと思われます。

さて、夏場に起きる食中毒事故は、細菌によるものが多いとされます。これは、食中毒の原因となる細菌が繁殖しやすいためです。そのため、厚生労働省では、「家庭でできる食中毒予防の六つのポイント」を示し、食中毒予防を呼び掛けています。そのポイントとは、①食品の購入 ②家庭での保存 ③下準備 ④調理 ⑤食事 ⑥残った食品 となっており、それぞれ守るべき事項があります。特に気をつけるところとして、③の下準備があります。これは、調理をする際に調理器具を分けて使用すること、また、使用後に洗浄・消毒をするといったことです。特に、生肉・生魚を扱った調理器具などで、加熱後の調理品やサラダなどの未加熱の食材に触れることは、避けなければなりません。さらに、使用後の調理器具は水洗いだけではなく、漂白剤の使用や熱湯消毒など、付着した細菌を確実に除去することが大切です。

その他の注意すべき点は、残った食事の取り置きです。食べ物を大切に扱う気持ちは大事ですが、それを喫食して食中毒になってはいけません。保管する場合は、できるだけ温度の低いところ（冷凍が一番効果的）に保管することや、時には思い切って捨てしまうことも大切です。

コロナ禍で今まで以上に手洗い・消毒が家庭内でも徹底されている昨今、より安全に、そして衛生的に食事を楽しんでいただくために、ポイントをおさえた調理を覚え、この夏の食中毒予防につなげてみて下さい。

（食品衛生課　和田貴臣）

「フレイル」と「共助井戸」がテーマ

日帰りプログラムに再挑戦！

夏季大学

令和4年7月21日・22日に、グリーンピアせとうち（呉市安浦町）で『第60回環境保健夏季大学』を開催します。今年は、梅雨を避けるため開催時期を変更し、コロナ感染対策で日帰り2日のプログラムを実施します。

日帰りプログラムは、昨年度の夏季大学で初めて取り組む予定でしたが、大雨で中止になったため、今回、再挑戦することになりました。

初日（7月21日）は、健康づくりとして「フレイル予防」をテーマに、住民の健康づくりに関する情報提供やフレイルのミニ講座、ストレッチ体験を実施します。また、口腔保健として、歯科医師による口腔ケアの講演を予定しています。全国民に歯科検診を義務付ける「国民皆歯科検診」制度の検討が本格化する現在、地域の健康づくりに大いに役立つ内容となっています。

2日目（7月22日）は、「防災・減災」の取り組みの中でも、近年、公衛協が取り組み始めている「共助井戸」をテーマに、災害への備えや他団体との連携に関する情報提供、公衛協が取り組んでいる共助井戸の事例発表を実施します。講師からアドバイスを受けたり、参加者と意見交換をしながら、共助井戸の取り組みの充実を図ります。

また、遠方から参加される等、日帰りが困難な場合には、ご希望に応じて宿泊を斡旋します。参加申し込み時にお知らせください。

ここ数年、コロナ禍や悪天候で開催できなかった夏季大学ですが、今年はぜひ開催したいと思います。みなさまのご参加をお待ちしております。

（地域支援課）

漢方外来⑭

人間の自然治癒力を信じよう

体全体を診る漢方

体調が悪い時に、どの科にかかればよいのか、迷うことはありませんか。

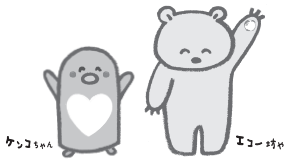
漢方外来に来られる患者さんから、複数の診療科を渡り歩いたという話をよくお聞きします。西洋医学は病気の原因を臓器や疾病単位で細かく分類する方向に進んでおり、診療科の種類も増えています。分担制が進むことで専門分野以外の疾患には対応できなくなっており、患者さんの全体像を捉えることが難しくなっています。そこで複数の疾患を持つ場合や、原因が判別しにくい場合の受け皿として総合診療科が作られるなど、人間中心の医療を取り戻す動きが出てきています。

人間に備わっている自然治癒力は、不思議なくらいよくできています。痛み、発熱、下痢などの不快な反応も、体が損傷を治している合図です。ふつうは、この反応を悪いものだと思って、すぐに薬などで止めたくなるものです。西洋医学には自然治癒力に働きかけて治すという発想はなく、西洋薬は病気の部分だけに照準を当て、症状を抑えることに重点を置いています。しかし、一時的に症状は治まったとしても、逆に治りが遅くなることがありますし、体全体の調和が乱れて新たな不調を作ってしまうこともあります。漢方の優れている点は、人の全体像を把握しながら、自然治癒力を引き出して治すという考え方だと思います。

自然治癒力は、いつも生体を最も良い状態に調整してくれており、体調を崩した時には勝手に治してくれます。このような驚くべき力を持っていることを、日頃から感謝し、体の声をよく聴いてあげるようにしたいです。

（健康科学センター　診療所長　武生 英一郎）

令和4年度 地区衛生組織活動資金募集



通称

『環境・健康募金』

環境・健康募金（旧　健康感謝募金）は、昭和35年から実施し、令和3年度で62回目を迎えました。集まった募金は、募金委員会によって適正に配分され、各市町公衛協の活動資金として地域社会に役立てられています。

環境・健康募金総額（円）

8,830,367円

（令和4年度年間実績）

市町名	募金額（円）	対前年実績比（%）
府中町	915,400	69.0
海田町	0	0
熊野町	0	0
坂町	0	0
江田島市	0	0
竹原市	0	0
大崎上島町	0	0
大竹市	0	0
廿日市市	2,230,865	66.6
廿日市市大野	0	0
廿日市市佐伯	0	0
廿日市市吉和	0	0
廿日市市宮島	0	0
安芸太田町	0	0

市町名	募金額（円）	対前年実績比（%）
北広島町	0	0
安芸高田市	0	0
東広島市	0	0
三原市	1,118,672	74.2
世羅町	0	0
尾道市	1,180,000	27.5
福山市	3,318,040	39.2
府中市	0	0
神石高原町	0	0
三次市	0	0
庄原市	0	0
呉市	0	0
その他	67,390	96.8
合計	8,830,367	17.4

市町別一覧表

※この表は、令和4年5月末までに市町公衛協事務局から募金委員会に振込みのあった実績額を記載しています。

環保協に配分された募金は、以下のような事業に活用しています。

【学習教材貸出事業】

環境づくりや健康づくりに関する各種グッズの貸出をしています。貸出グッズの一覧は、当協会ホームページからご覧いただけます。（http://www.kanhokyo.or.jp）

◆貸出グッズのご案内◆

NEW

“（公財）交通エコロジー・モビリティ財団”が作成した啓発動画です。