

### 食中毒を予防しましょう

ユッケなどの肉の生食や、肉の加熱不十分な調理を原因とした腸管出血性大腸菌やカンピロバクターによる食中毒が起きています。

食中毒の原因となるものには、他にもノロウイルスなどがあります。特に子供や高齢者では重症化しやすいので、注意が必要です。

#### ●腸管出血性大腸菌について

・生肉、加熱不足の肉や生野菜などが原因となっています。  
 ・生肉に使った調理器具により汚染された食品も原因になります。  
 ・わずかな菌数でも発病することがあります。

#### ●カンピロバクターについて

・鶏肉の生食や加熱不十分な調理などが主な原因となっています。

#### 【ご家庭での食中毒予防の3原則】

- ①細菌を付けない
  - ・手洗いと洗浄
  - ・肉などを触った手や包丁では生野菜は触らない、切らない
  - ・肉、魚、卵などを扱う前後は手を洗う
  - ・包丁、布きん、まな板など使用前後は、洗ってから熱湯をかける
- ②細菌を増やさない
  - ・調理したらすぐ食べる



- ・室温に長く放置しない
- ③細菌をやっつける
  - ・加熱調理(加熱・殺菌)
  - ・加熱して調理する食品は十分に加熱する



#### ■問い合わせ 東 1階

健康政策課感染症予防係  
TEL (23) 8975

### 「第9回なんびょうサポートとちぎのつどい」開催

栃木県では、誰もが安心して暮らせる地域社会(ノーマライゼーション)の実現に向けて、関係者はもとより県民の方々の難病に対する理解を深めるとともに、相互理解のきっかけの場となることを目的として「なんびょうサポートとちぎのつどい」を開催します。

●日時 9月1日(土)  
午前9時30分～午後3時30分

●場所 とちぎ福祉プラザ  
多目的ホール・会議室  
(宇都宮市若草1-10-6)

#### ●内容

- ・相談会
  - ・午前9時30分～12時
  - ・医療相談(消化器系疾患、血液系疾患)、栄養相談(消化器系疾患)、就労相談、生活福祉相談
  - ・患者、家族交流会
- ・講演会
  - ・午後1時20分～2時20分
  - ・演題「チャレンジドの就労支援の現状と課題」

講師：NPO法人チャレンジド・コミュニケーション 理事長 金井光一氏  
 ・コンサート  
 ・午後2時35分～3時30分  
 ・音楽家 岡倉 ゆかり 氏  
 ・各種団体PR、交流コーナー  
 ・午前10時～午後3時30分  
 ※相談会・講演会・コンサートの参

加は、事前にお申し込みください。  
**●対象者** 難病患者さんおよび家族の方、難病相談支援関係者、難病やボランティア活動に関心のある方、一般県民  
**■問い合わせ**  
 とちぎ難病相談支援センター  
 TEL 028(623)6113

## 集団健診 9月の日程

●受付時間 午前8時～10時  
 ※予約人数により受付開始時間の変更になることがあります。

日にち	会場	対象地区
9月2日(日)	大田原東地区公民館	赤堀西
9月14日(金)	川上健康増進センター	須賀川地区
9月15日(土)	石上小学校	下石上・野崎東町
9月16日(日)	大田原東地区公民館	富士見ハイツ・富士見中央・富士山下 新富ニュータウン・雇用促進住宅
9月20日(木)	湯津上農村環境改善センター	市内全地区
9月24日(月)	金田北地区公民館	河原・明宿・上深田
9月26日(水)	金田南地区公民館	北金丸
9月29日(土)	大田原東地区公民館	新屋敷・新道・小泉・大和久

- 「特定健康診査」または「後期高齢者健診」を受診する方は、「保険証」と「特定健康診査受診券」をご持参ください。
- 申し込んだ日程を変更する方やまだ申し込みをしていない方は、健康政策課成人健康係までご連絡ください。変更のご連絡がない場合、ご希望の日を受診できないことがあります。
- 市の健診は1年に1回の受診です。市民健康診査および国民健康保険の人間ドック・脳ドックで受診した項目は、重複して受診できませんので、ご注意ください。

■問い合わせ 健康政策課成人健康係 東 1階 TEL (23) 7601