

元 気 予 報

上都賀郡市医師会北部地区医師団幹事(藤原地区)

川村病院

かわむら ひでき
川村 英樹

食中毒とその予防

食中毒の原因にはさまざまなものがあります。細菌・ウイルス・寄生虫・自然毒・化学物質によるものなどが知られています。

細菌性食中毒には魚介類が原因の腸炎ビブリオ、食肉から感染するサルモネラ・カンピロバクター・エルシニア、その他病原性大腸菌や黄色ブドウ球菌等々が知られています。加熱処理や冷蔵庫保管は有効な予防方法ではありますが、黄色ブドウ球菌・ボツリヌス菌などによる毒素やウェルシュ菌などは加熱にも強く、エルシニアは冷蔵庫内の低温環境でも増殖可能であるなど例外もあります。手洗い、加熱、冷蔵庫の適正使用、作り置きをしないなど、きめ細やかな注意が必要になります。

ウイルス性食中毒ではノロウイルスによるものがあります。特に冬季に多く、感染力が強いため集団感染する特徴があります。もとは力キなどの二枚貝に存在するウイルスですが、人から人へも

感染するため、貝類などを食べていなくても感染します。アルコール消毒は無効で、次亜塩素酸ナトリウムや加熱処理が有効です。

寄生虫による食中毒で有名なものはアニサキス感染症です。イカ・サバなどの魚介類の生食で感染します。冷凍された食品からは感染しません。生食には注意が必要です。

自然毒による食中毒には、フグ毒や毒キノコ、貝毒などがよく知られています。意外なところではジャガイモの芽、銀杏(小さい子どもが食べ過ぎるとけいれんが起こる)、ハチミツ(乳児が食べる)とボツリヌス中毒の可能性などにも気をつけなければなりません。化学物質が原因の食中毒は漂白剤の次亜塩素酸ナトリウムや洗剤の誤混入、カビ毒や農薬の混入などがあります。古くなった肉や鮮度の落ちた魚ではヒスタミンが生成され、じんましんや皮膚の紅潮などの中毒症状を起こす可能性があります。注意をして楽しい食生活を送りたいものです。



川柳

選者

大橋芳明

コロナ禍の自粛々で今日も暮れ

渡辺文夫

田の蛙コロナコロナと鳴き止まず

江袋操

軒先の猫の会議が熱を帯び

佐藤忠介

セキレイに納屋も農具も占拠され

手塚光夫

ばらばらの家族を繋ぐ母の味

福田英子

俳句

選者

須藤火珠男

恋はぐれひとりぼっちの夏鶯

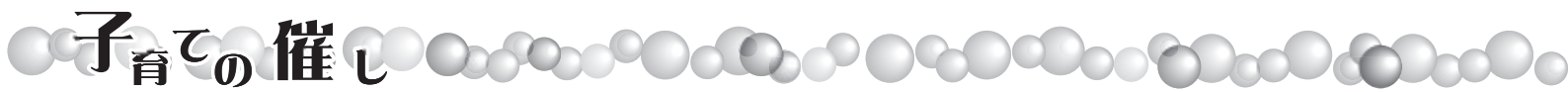
池田三夫

そら豆はまこと味よし画いてよし

湯沢くに

外出自粛さほど障らず梅雨ごもり

白土武夫



子育ての催し

講…講師 定…定員 ¥…費用 持…持ち物 申…申込期間 問…問合せ先

場所	開催日時	内容
地域子育て支援センター (ショッピングプラザ日光内) ☎22-2299	9月24日(木) 午前10時15分～11時45分	◎ミニ学習会「からだ編」～乳幼児の生活と食事～ 生活のリズムと体の関係、乳幼児の発達・食事(離乳食)についての学習会 講…市保健師・栄養士 定…10名(先着順) 申…9月23日(水)まで ※お子さんを預かります
	9月30日(水) 午後1時30分～3時	◎ミニ学習会「からだ編」子どもの病気～知って安心! 予防と対応～ お子さんの健康・病気について気になることはありませんか? 小さな疑問でも分かりやすく、丁寧に答えていただけます 講…吉原重美氏(獨協医科大学病院副院長) 定…10名(先着順) 申…9月29日(火)まで ※お子さんを預かります
日光親子ふれあいひろば (日光福祉保健センター内) ☎54-3001	9月30日(水) ①午前11時15分～11時45分 ②午後1時30分～2時 (①、②は同じ内容)	◎音楽であそぼう! わらべうたや親子のふれあいあそび、簡単なリズムあそびなど、大人のひざの上や抱っこ、おんぶでも楽しめます 講…川出朋子氏 定…①、②とも各親子5組(先着順) 申…9月29日(火)まで ※年齢、月齢、障がいなどに関係なく参加できます
鬼怒川親子ふれあいひろば (清流保育園内) ☎25-6413	9月17日(木) 午前10時30分～正午	◎リトミックとおしゃべり会 楽しく遊んでお友達になりましょう! 講…親学習チーム日光 定…親子5組(先着順) 申…9月15日(火)まで
	9月中 午前10時～午後2時	◎9月の制作あそび 親子でランタン風の秋飾りを作ってあそびましょう。ひろばでいつでも作れます
	10月2日(金) 午前10時～正午	◎オピニオンリーダーのひだまりサロン みんなで遊ぼう 講…家庭教育オピニオンリーダー藤原支部 定…親子5組(先着順) 申…10月1日(木)まで ¥…50円
足尾親子ふれあいひろば ☎54-3001	9月15日(火) 午前10時～正午	足尾認定こども園の園庭で園児の皆さんとあそんだり、お部屋の中でスタッフとあそんだりします。読み聞かせもあります

※鬼怒川親子ふれあいひろば休館のお知らせ

鬼怒川親子ふれあいひろばは、10月6日(火)は清流保育園運動会のため臨時休館します。なお、6日(火)が雨天の場合、13日(火)に運動会は延期になりますが、6日、13日とも臨時休館します



作品を募集しています

氏名(ふりがな)、住所、電話番号を明記して、郵送またはFAX、メール(hishokouhou@city.nikko.lg.jp)で応募ください(二重投稿不可)。
※投稿は1カ月にそれぞれ一人5句までとします。
締め切りは毎月20日です。漢字には必ずふりがなを明記してください

応募先: 秘書広報課 広報広聴係
〒321-1292 日光市今市本町1番地
☎(21)5135・FAX(21)5137

霧の中米寿農夫や草を刈る

斎藤靖彦

妻の瞳に写りし鞠や濃紫陽花

沼尾紫朗

短歌

選者 川田美佐男

三密をさけて自肅の夕食はワイングラスの赤に癒さる

狐塚昭子

さわやかなカナカナ蝉の初鳴きが聞こえてきます窓辺の夕暮れ

渡辺文夫

帆の街の老いた船員嬉嬉としてジョーク混えてボラソテアとう

齋藤和江

ありし日の想い出たどるひとり旅窓の外にはホタルとびかう

山田久代

梅雨最中凜として咲くけだかさにコロナも寄せぬ白百合一輪

富永和代