

健康には十分留意

夏は食中毒のシーズン

一、食中毒に注意

夏をむかえるとともに食中毒のシーズンがやってきました。この時期は温度、湿度が高くなりカビや細菌の増殖に好都合な条件がそろったため食中毒が多くなります。しかし食中毒はカビや細菌によるものばかりではありません。フグ中毒、チヨウセンアサガオの中毒のような自然毒による食中毒と、カネミ油症事件のような化学物質による食中毒に大別されます。このうち発生件数が最も多いのは細菌性の食中毒です。

二、食中毒の発生

食中毒の七十%から八〇%は、

毎年七月から九月に発生します。

これは夏の高温多湿が、食中毒菌の増殖に適していることにより、ほとんど季節に関係はありませんが、なかには毒キノコ、フグのように季節に関係するものもあります。夏の発生状況は、気温や湿度が高くなった日に多くなっています。

三、食中毒はどんな食物で

いちばん多い原因は七十%近くを占める魚介類です。この食中毒は腸炎ビブリオ（好塩菌）によるものが多くみられます。昨年の魚の食中毒例にはフグ中毒死事件が

ありました。また、最近の自然食ブームによる、洋種ヤマゴボウなどの植物性自然毒の食中毒例もみられます。

四、食中毒を防止

食中毒の発生は、飲食店や家庭の食事によるものが多い傾向にあります。これを防ぐには清潔、

したりしないようにすることが必要です。

五、食中毒の応急処理

① 食中毒とわかったら、塩水を飲んで、口に指をさしこんで吐くか、下剤を飲んで早く出してしまってください。

② 安静にしていますが、暖かく



台所はすみずみまできれいに

① 茎がタテにさけないで、色が美しいもので、悪臭やにがみのあるものは危険。

② よく知られているキノコだけを食するようにしましょう。

七、お台所の衛生10カ条

① 台所の三悪（ネズミ、ハエ、ゴキブリ）の追放。

② 冷蔵庫を過信しない。

③ 野菜をよく洗う。

④ 食器などはよくかわかす。

⑤ 包丁、まな板、ふきんをいつもきれいにする。

⑥ 料理前の手洗いは必ずする。

⑦ 食べ残しをしない。

⑧ 台所はすみずみまできれいに

⑨ 衛生的な水を豊富につかう。

⑩ 調理する人は健康に気をつけて、特に手の傷には用心する。

◇◇外野席から◇◇

。カネミ油症：昭和四十三年秋、西日本一帯にひろくまん延した公害奇病。手足の爪や顔の皮が黒ずみ、微熱や発しんを生じる。届け出数一万三、〇〇〇人の患者で北九州市にある米ぬか油製造のカネミ倉庫会社のカネミ油製造工程上のミスにより、熱媒体として使用していた有機塩素剤の一種であるポリ塩化ジフェニール（ポリ塩化ビフェニール・PCB）が混入していたため、とわかった。油症の疑いのある主婦から全身の皮ふが真黒の赤ん坊が生まれ、赤ん坊も油症の疑いがあるとされた。

迅速、冷却（加熱）の食中毒予防三原則につきます。具体的には、第一に施設の衛生に気をつけ、食器や容器などの洗浄、消毒および手洗いを励行すること。第二に調理は必要な量とし、調理後なるべく早く食べること。第三に食品は加熱調理するか、低温に保管することが必要です。特に夏期には冷蔵庫を過信しないことです。また、フグや山菜の摂食をするときには中途半端な知識で調理を

することもたいせつです。

③ 下痢があっても、吐きけがおさまれば、割合早くから食塩、重そう水、果汁、砂糖水などを飲ませます。

◎フグ中毒

① 早く水を飲んで吐きだします

② 呼吸が弱ってきますから、根気よく人工呼吸をつづけることで

六、毒キノコ中毒の防止