

感染症について② 食中毒を予防しましょう

●食中毒とは

病原性微生物や有害な化学物質、有害な成分を含む食品や飲料水を摂取しておこる急性の健康障害のことです。

○食中毒の症状

・下痢・腹痛・頭痛・発熱・嘔吐

○食中毒には

・細菌性食中毒
病原性大腸菌、サルモネラ、腸炎ビブリオ、カンピロバクター、黄色ブドウ球菌、ボツリヌス菌など
・ウイルス性食中毒
・化学性食中毒
ヒスタミン等(アレルギー食中毒)、農薬、有機水銀、ヒ素、鉛中性洗剤など

・自然毒食中毒

フグ毒、毒きのこ、毒草、かび菌など

●細菌性食中毒について

・発生は5月〜10月の間が多くみられます

《細菌が繁殖するために必要な条件》

①温度、②水分、③栄養分
これらをシャットアウトしましょう

○細菌性食中毒予防の3原則

1 細菌をつけない

手洗いと洗浄(清潔・洗浄)
・肉などを触った手や包丁で生野菜は



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と消毒効果がある

2 細菌を増やさない

調理したらすすぐ食べる(冷却・迅速)
・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
○死亡率の高い食中毒に注意

特にサルモネラ、腸炎ビブリオ、腸管出血性大腸菌

■問い合わせ

健康政策課健康危機対策係

TEL (23) 8975

こんなときお役にたちます! 地域包括支援センター

高齢者(65歳以上)のみならず
『悩み』『疑問』『相談ごと』
1人でかかえこんでいませんか?

●地域包括支援センターとは

大田原市が平成18年度から市内に3か所設置し、市内の社会福祉法人および医療法人(6法人)から職員が出向しています。
主任ケアマネージャー、社会福祉



士、看護師などが中心となって、高齢者の支援を行っています。3人はそれぞれ専門分野を持っていますが、専門分野の仕事を行うのではなく、互いに連携をとりながら「チーム」として総合的に高齢者を支えます。

●地域包括支援センターの主な仕事

①さまざま相談ごと(総合相談)
・近所の1人暮らしの高齢者が心配など、総合相談から必要な関係機関につなぎ、つないだあとも支援を行います。

②介護や健康のこと(介護予防ケアマネジメント)
・介護予防プランを作りたい・要介護認定の申請を頼みたいなど

③権利を守ること(権利擁護)
・悪質な訪問販売の被害にあった
・財産管理に自信がなくなったなど

④暮らしやすい地域のための活動(包括的・継続的ケアマネジメント)
・ケアプランの作成やサービス事業者、医療機関などと連絡調整などを行います。

⑤大田原警察署の指導を受け「シルバー交通安全アドバイザー」として、高齢者の交通事故防止のために活動しています。

⑥市高齢いきがい課介護予防係と連携をとり、高齢者ほ

ほえみセンターや各老人クラブに出向き、介護予防に取り組んでいます。



●市内にある3か所の地域包括支援センター

・開所日 月〜金曜日(平日)
・開所時間 午前8時30分〜午後5時15分
・相談料 無料

名称	担当地区	住所・電話番号
中央地域包括支援センター	大田原小・紫塚小学区・金田北・金田南	若草1-832 大田原保健センター内 TEL (20) 1001
西部地域包括支援センター	西原小学区・親園・野崎・佐久山	浅香3-3578-17 大田原市福祉センター内 TEL (20) 2710
東部地域包括支援センター	湯津上・黒羽	黒羽田町848 TEL (53) 1880

■問い合わせ

高齢いきがい課
基幹型支援センター係
TEL (23) 8757