



夏は高温多湿及び海水温の上昇などにより、特に細菌性の食中毒が多発する季節です。食品関係の営業を行う業者はもちろん一般家庭でも日ごろから衛生管理をしっかりと行なうことで食中毒を防ぐことができますといわれています。

# ほとんどの食中毒は、 日ごろの衛生管理で 防ぐことができます

## 食中毒に気をつけましょう

食中毒の3原則は、食中毒菌を「付けない」「増やさない」「殺菌する」です。

1. 調理をする人は、こまめに手洗い・消毒をしましょう
2. 清潔な調理器具を使いましょう
3. 食品は常温で放置せず、手早く調理しましょう
4. 料理を作り過ぎない。食べきれ的分だけ調理しましょう
5. 食品はなるべく加熱し、なま水・なま物はできるだけ避けましょう
6. 冷蔵庫の過信は禁物です。扉の開閉回数を減らし、冷蔵庫内を整理して効率よく冷却しましょう
7. 暴飲・暴食・夜更かしなど体の抵抗力を弱めることはやめましょう

体調の不良を感じたら医療機関で  
検査を受けましょう。

## 食中毒を起こす主な病原菌

病原菌名	潜伏期間 症状等
サルモネラ菌	12～24時間 腹痛、下痢、発熱など。主症状は1～2日で治り、1週間ほどで回復。
ブドウ球菌	1～6時間 嘔吐、腹痛、下痢。1～2日で回復。
腸炎ビブリオ菌	6～32時間※8～15時間が 多い 上腹部の激しい痛み、下痢、 発熱など
ウェルシュ菌	通常12時間 腹痛、下痢など。1週間ほどで回復。



人権擁護委員に  
任命されました  
7月1日付けで法務大臣  
から人権擁護委員として、沼  
田厚一さん（追分本町）が委  
嘱されました。

## 第5回あびらどろんこまつり 中止のお知らせ

9月19日(日)に予定していました第5回あびらどろんこまつりは、宮崎県での口蹄疫発生拡大に伴う町内への侵入予防措置のため中止することが決定しました

問合せ あびらどろんこまつり実行委員会  
☎ 2034 (安平公民館)