

# ほうかつ健康だより

清寿苑

6月

令和7年6月1日

葉山町包括支援センター清寿苑

住所 葉山町上山口 1669

TEL 046-878-8905

これからの季節、



食品が傷むのがどんどん早くなりますよね。食品が腐っていれば、見た目やにおいなどから気付きますが、中には、見た目やにおいでは分からない細菌も多く、注意が必要です。

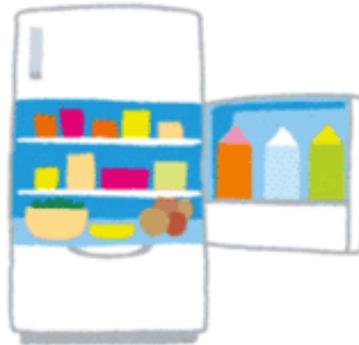


## 食中毒予防の三原則



### つけない

- ・手洗い
- ・器具の洗浄、消毒



### 増やさない

- ・適切な温度での保管
- ・調理後は速やかに食べる



### やっつける

- ・加熱殺菌

## 食品の二次汚染

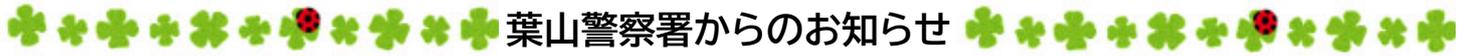
洗浄が不十分な調理器具や手指を介して、菌はどんどん広がってゆく



**黄色ブドウ球菌** ・ ・ 人や動物の手指などの皮膚、粘膜などに常在している菌で、増殖するときに**エンテロトキシン**という熱に強い**毒素**を出し、この毒素が食中毒症状を引き起こします。手洗いや冷蔵保存など、菌を「つけない」「増やさない」ことが大切です。



**ウェルシュ菌** ・ ・ 熱に強い「芽胞」という固い殻を作る為、しっかり加熱調理しても生き残ります。室温に放置していると、目を覚ましたウェルシュ菌が芽胞から抜け出し（発芽）、増殖します。しっかり加熱したから大丈夫！と安心せず、早めに食べましょう。



## 特殊詐欺にご注意！！

パソコンでインターネットを使用していると、突然、ウイルス感染の警告画面が表示され、サポートデスクを装う電話番号を表示し、表示した電話番号への電話を促してきます。電話を掛けてしまうと、コンビニエンスストアに誘導され電子マネーを購入するように誘導されてしまいます。

増え  
て  
ま  
す  
コ  
ン  
ビ  
ニ  
エ  
ン  
ス  
ス  
ト  
ア  
に  
誘  
導  
さ  
れ  
ま  
す  
手  
口  
詐  
欺



被害に遭わないために、

葉山警察署 046-876-0110

警告画面が表示されても、表示された番号には絶対に電話を掛けずに、警察や公式なサポート窓口迷惑電話防止機を設置する。

などの対策をお願いします。

海外からの着信が不要の方は、国際電話不取扱い受付センターをご案内しています。

詳しくは葉山警察署にご相談ください。