

特集 食中毒について

みちよくれ

発行：杵築市立山香病院



食中毒の発生しやすい季節となりました。誰にでもできる「手洗い」は食中毒を防ぐ基本中の基本です！特に洗い残しが多い爪の中や指の間、親指の付け根などは念入りに洗い、よくすすいでください。洗うタイミングも大切です。次の場合には必ず手を洗いましょう。

- ・帰宅したとき
- ・調理作業を始めるとき
- ・生の肉・魚・卵を取り扱ったあと
- ・食卓につく前
- ・残った食品を取り扱うとき



食中毒を予防するための3原則

①『つけない(清潔)』ために出来ること

- ・購入した食品は、肉汁や魚の水が漏れないようにビニール袋に分けて包み持ち帰る。
- ・ラップされているカット野菜もよく洗う。
- ・きれいな調理器具、食器を使う。タオル、布巾は乾いた清潔な物と交換する。
- ・果物やサラダなど生で食べるものや調理の済んだ食品に、肉や魚の汁がかからないよう注意する。
- ・生の肉や魚を切った包丁やまな板で果物や野菜などを切らない。洗ってから熱湯をかけた後、使用する(包丁やまな板は、肉用、魚用、野菜用と使い分けるとさらに安全)。

②『増やさない(迅速・冷却)』ために出来ること

- ・細菌の多くは、10℃では増殖がゆっくりとなり、マイナス15℃では増殖が停止するが、死ぬわけではない。また、解凍した食品を再冷凍すると細菌が増殖する可能性がある。
- ・生鮮食品などのように冷蔵や冷凍などの温度管理の必要な食品は、買物の最後に購入し、寄り道せずに帰る。帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる。
- ・冷蔵庫の詰め過ぎに注意する(目安は7割程度)。
- ・冷凍食品を解凍する場合、室内に放置したまま解凍すると食中毒菌が増える場合があるため、解凍は冷蔵庫の中や電子レンジで行う。
- ・調理前の食品や調理後の食品を長時間室温で放置しない。
- ・調理の途中で室温に放置すると細菌がいたり増えたりするので、途中でやめるときは冷蔵庫に入れる。再び調理するときは、十分に加熱する。
- ・食肉やレバーの生食は避け、十分加熱する。
- ・時間が経ちすぎたものは思い切って捨てる。



③『やっつける(殺菌する)』ために出来ること

- ・食べ残しの仕出し料理や弁当を持って帰って食べるのは大変危険なので、ちょっとした怪しいと思ったら、食べずに捨てる。
- ・包丁、まな板、食器、たわし、スポンジ、布巾などは使った後すぐに洗剤と流水でよく洗う。熱湯をかけたり、漂白剤を利用すると消毒効果がある。
- ・加熱して調理する食品は十分に加熱する。
- ・残った食品を温めなおすときも、十分に加熱する。スープや味噌汁は沸騰するまで加熱する。
- ・食中毒の原因菌を「つけない・増やさない・やっつける」を守って、毎日の生活の中で予防心がけましょう。

職員募集 《一般職非常勤職員》 ●看護師 ●介護員 ●看護補助者 ●調理員
詳しくは右記までお問い合わせください。杵築市立山香病院 事務 宇都宮 TEL : 0977-75-1234

《外来医師診察日》 (2023年8月1日現在)

		月	火	水	木	金
総合診療科 ※1	午前	院長 小野 隆司	幡手 泰彦 安部 さやか	院長 小野 隆司 幡手 泰彦	院長 小野 隆司 安部 さやか	幡手 泰彦
各種外来	午前	肝臓外来 名誉院長 坂本 啓二 糖尿病外来 岡本 光弘(大分大学) リウマチ・膠原病外来 首藤 航太	呼吸器外来 大分大学 (第2,4週)	循環器外来 副院長 上運天 均 脳神経外科 内田 晋 (サンライズ酒井) 糖尿病外来 永井 聡 (大分大学)	循環器外来 山下 昇	糖尿病外来 佐田 健太郎 (大分大学)
内科	午前	副院長 上運天 均 山下 昇 淀 怜起	古城 顕央 (大分大学) 田村 大輔 熊谷 純之介 (第1,3,5週)	西川 恵美子 矢野 恵司	副院長 上運天 均 田村 大輔 熊谷 純之介	山下 昇 佐藤 弘樹(大分大学) 西川 恵美子 矢野 恵司
午後内科外来	午後	西川 恵美子	矢野 恵司	熊谷 純之介	安部 さやか	淀 怜起
外科胃腸科	午前	休診 予約診療のみ 10時まで受付	副院長 石尾 哲也	相場 崇行	副院長 石尾 哲也	副院長 石尾 哲也
小児科 ※2	午前 受付11時まで	半田 陽祐	半田 陽祐	半田 陽祐	半田 陽祐	半田 陽祐
	午後 15時~16時半	半田 陽祐		半田 陽祐 (第3水曜アレルギー外来 【完全予約制】)		半田 陽祐
整形外科	午前			日野 瑛太(大分大学) 受付時間9時~11時	脊椎外来 九大別府病院 受付時間9時~11時	赤瀬 広弥(大分大学) 受付時間9時~11時
	午後			日野 瑛太(大分大学) 受付時間14時~15時		赤瀬 広弥(大分大学) 受付時間14時~15時
泌尿器科	午前	藤井 猛	藤井 猛	藤井 猛	藤井 猛	藤井 猛
耳鼻咽喉科	午前	大分大学			大分大学	
皮膚科	午前		大分大学			
眼科	午前		大分大学		大分大学	
小児アレルギー外来 《完全予約制》	午後	半田陽祐 毎月第3水曜日、受付時間：14時~16時 小児アレルギー外来は、①かかりつけの先生の紹介状がある患者さん、②当院の一般外来から受診を勧められた患者さん、③予約がある患者さんからのみの診察となります。①~③以外の方の診察はできませんので、アレルギー外来の受診歴がない患者さんは、かかりつけの先生に紹介状をいただくか、当院の一般外来にご相談ください。				
神経内科 《完全予約制》	午前	軸丸美香(大分大学)原則第2・4土曜日、9時~12時 ※神経内科は完全予約制です。予約は平日13時~17時まで受け付けます(メ切は前日16時です)。予約状況により、日程調整をお願いする場合もございます。				
嚥下外来	午前	水曜日 10時~12時、※完全予約制(予約は地域連携室から行えます)				
土曜内科外来	午前	原則第2・4土曜日、9時~12時30分 ※予約外の方の受付は11時まで				

●午前中の初診受付は11時までになります。●医師の都合により急きょ休診になる場合があります。
※1 総合診療科は内科窓口となります。総合診療科は内科・外科・整形外科をおもに診療いたします。
※2 小児科の休日診察をしております(9時~12時、14時~16時半)。8月は11日(金・祝)、13日(日)、20日(日)、27日(日)です。
●事前に電話連絡をお願いいたします。急病対応の外来のため、非緊急の検査や定期受診の長期処方には対応しておりません。また、発熱で受診の場合は院外(車中等)で待機していただき、山香病院に電話連絡でお知らせ頂くようお願いいたします。

杵築市立山香病院

〒879-1307 大分県杵築市山香町大字野原 1612 番地 1
Tel:0977-75-1234 (病院代表)、Fax:0977-75-0873
ホームページアドレス：http://www.yamaga-hp.jp

