

食中毒を予防しよう

6月は湿度、気温ともに上昇し食中毒を起こす菌が増え始めます。
食中毒は家庭で発生することが多く予防が大切です。
特に注意したいのは、調理中の手洗いと食材の取り扱いです。



○×クイズ

- ① 冷蔵庫は10℃以下、
冷凍庫は-15℃以下に維持する
- ② 冷蔵庫は隙間なく詰めるのがよい

食中毒の菌に感染していても、症状がないという人がいます。

自分でも気づかないうちに人に移してしまうことがあります。

自覚症状が出なくても、食品に触れる前にはしっかり手を洗いましょう！



○×クイズの答え：①○ ②×（7割程度が○）

食中毒予防の3原則

○つけない

手や食品、調理器具などに原因菌となる細菌やウイルスをつけないために手洗いをしましょう

○ふやさない

細菌をふやさないために、生鮮食品は購入後できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう

○やっつける

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅します。中心部が75℃で1分以上の加熱をしましょう

西京区地域介護予防推進センター

地域のお宝情報

身近な場所で運動しませんか？

西京竹サポが主催！

西京いきいき
公園体操

令和4年からスタート！
緑の旗が目印

日時

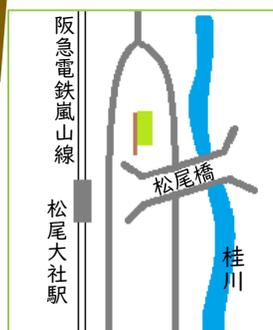
毎月第1・3(火) 10時～

場所

嵐山東公園(松尾橋上流)

雨天中止・祝日休み

- ・開催日はのぼり旗あり(都合で中止することがございます)
- ・ケガや事故、荷物の盗難・破損等については、責任を負いかねますのでご了承ください。



一今月の事業所紹介一

デイサービス花の嵐山

25名規模のデイサービスです！

年中無休で営業。機能訓練士による機能訓練の実施。一人ずつお湯を替えて入浴の実施。希望時間での送迎。希望者には夕食の提供もしています。



〒616-0026

京都市西京区嵐山薬師下町14-4

シルクコート嵐山1F

デイサービス花の嵐山

TEL 075-863-0730