

家庭でできる予防のポイント

大腸菌には、「病原性大腸菌」という、人の腸内で病気を引き起こすものがあります。なかでもO-157は「ペロ毒素産生型大腸菌」と呼ばれ、腸管出血の原因となる代表的なものです。ほかに、O-111やO-126など約10種類ありますが予防方法は同様です。O-157などの病原性大腸菌は、健康な大人が感染しても軽い下痢程度の症状がほとんどですが、乳幼児、小児または高齢者が感染すると、

食中毒を予防する③

健康管理課
(内線338)

重症になる場合があるので特に注意を要します。

食中毒予防の6つのポイント

(1) 食べ物を扱うとき
肉・魚・野菜など生鮮食品は新鮮なものを買う。

(2) 食べ物を保存するとき
冷蔵庫の詰めすぎに注意し、冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保つ

(3) 下ごしらえをするとき
肉・魚・卵などを扱った後、やトイレの後には必ず手を洗う。包丁やまな板は、肉や魚

を切った後、熱湯で洗う。包丁・まな板・ふきんは、使用後洗剤と流水で洗う。漂白剤に一晩つけ込むのも効果的。

(4) 調理をするとき
加熱をするときは、中心部が75℃で1分間となるよう十分に加熱する。食品は、室温で長く放置しない。

(5) 食事をするとき
食事をする前は、必ず手を洗う。料理は、65℃以上、または10℃以下に保つ。

(6) 残った食品の取り扱い
時間がたったり、ちよっとでも怪しいと思う食品は捨てる。食事を温め直すときも、十分に加熱する。

**京都府長岡京記念文化会館
生オケ大賞出場者募集**

オーケストラをバックにご家族や職場の仲間らと歌ってみませんか

日時 8月31日(日)
午後2時30分開演

会場 京都府長岡京記念文化会館

定員 15人(組)
(乙訓在住・在勤の16歳以上)

申込 7月2日(水)~13日(日)向日市会館または京都府長岡京記念文化会館 ☎955-5711へ

※出場経験者は応募できません

新着図書のご案内

向日市立図書館 931-1181
一般成人向け図書

▷インターネット時代の情報探索術
大串夏身著 青弓社

▷論理力をつける
驚田小彌太著 日本経済新聞社

▷都名所図会を読む 宗政五十緒著 東京堂出版

▷連れそって快老 看取って満足
斎藤茂太著 家の光協会

▷大都会を生きる野鳥たち 川内博著 地人書館

▷英国流おしゃれ作法 林勝太郎著 平凡社

▷春夏秋冬を食べる
中村成子著 マガジンハウス

▷ペットの法律全書 椿寿夫ほか著 有斐閣

▷花びら染め 箕輪直子著 誠文堂新光社

▷萌え立つ山河 藩士堀修一郎の青春
藤井素介著 講談社

▷時の棲家 岡松和夫著 新潮社

▷幸田文対話 幸田文ほか著 岩波書店

三川合流ドラマティックフィールド

乙訓・八幡広域連携事業推進協議会
(事務局:長岡京市 ☎951-2121)

写真&写生画コンテスト

A. 乙訓・八幡地域4市町(向日市・長岡京市・大山崎町・八幡市)の写真各1枚計4枚をセットとしたもの一写真はサービス版。A4横の紙に貼付し右上に共通のテーマを記入。対象は16歳以上。(入賞者は要ネガ)

B. 乙訓・八幡地域の自然・文化・歴史などを題材とした写生画-いずれかの市町の写生画1枚。四つ切り画用紙。対象は小学生未満・小学生・中学生の3部門。賞 A 優秀賞5万円・1点、入賞2万円・4点
B 入賞 図書券5,000円分・12点

募集期間 9月10日(水)まで(消印有効)

三川合流カヌー体験

日時 8月30日(土)午前10時~午後4時
場所 三川合流地点よりやや北上流域の木津川
対象 小学3年生~中学生 150人 ※小学生は保護者同伴、中学生は保護者の署名・捺印が必要。
募集 7月31日(日) (消印有効) までに往復ハガキで

応募先・お問い合わせ 〒604 京都市中京区烏丸竹屋町西入る ㈱システムデイ内「三川合流ドラマティックフィールド」 ☎222-0981

7月のカレンダー

日	行政情報	保健センター情報	日	行政情報	保健センター情報
1 (火)	市民防火の日	乳がん検診 午後1時15分~3時15分	9 (水)	消費生活相談 午後1時~4時 市民相談室	リハビリ体操 午前9時30分~11時30分
2 (水)	消費生活相談 午後1時~4時 市民相談室	乳がん検診 午後1時15分~3時15分	10 (木)	年金相談 午前10時~午後4時 市民相談室 育児相談 午前10時~午後3時 第4保育所	健康体操 午前9時30分~11時30分 3歳児健診 午後1時~2時45分 ことばの相談 (予約制) 腰痛・肩こり体操 午後1時30分~3時 福祉会館
3 (木)	年金相談 午前10時~午後4時 市民相談室 育児相談 午前10時~午後3時 第4保育所	健康体操 午前9時30分~11時30分 ヘルスアップ大作戦 午後1時30分~4時 腰痛・肩こり体操 午後1時30分~3時 福祉会館	11 (金)	育児相談 午前10時~午後3時 第2保育所	マタニティスクール 午後1時20分~4時 発達相談 (予約制)
4 (金)	育児相談 午前10時~午後3時 第2保育所	乳がん検診 午後1時15分~3時15分	12 (土)	7月の無料法律相談 日時 7月11日(金) 午後1時~4時 場所 市役所市民相談室 予約 7月8日(日) 午前9時~ 秘書広報課(内線251)へ	
5 (土)	トレーニング講習会 ▷日時 7月12日(土) 午後2時~3時15分 7月15日(火) 午後7時~8時15分 ▷場所 市民体育館 ▷対象 18歳以上の男女 ▷定員 各20人 ▷申込 7月5日(土) 午前9時から受付 (ただし、9時の時点で20人以上の場合は、抽選を行います。) ※受講料1,000円と顔写真(3×2.5cm)を持参して下さい。				
6 (日)	困りごと相談 7月8日(火) 午前10時~午後3時 福祉会館 相談内容 ◎人権相談 (人権・法律等の問題) ◎行政相談 (国・府・市等の仕事への苦情や意見・要望等) ◎民生相談 (国庫・保健・生活保護等市内の民事問題)		13 (日)	乙訓特設人権相談(7月) 向日市 8日~22日 AM10~PM3 向日市福祉会館 長岡京市 8日~18日 AM10~PM4 市役所市民相談室 大山崎町 11日~18日~25日 PM1:30~3:30 役場相談室 ※いずれかの相談所へお越しください。	
7 (月)	腰痛・肩こり体操 午前10時~11時30分 乳がん検診 午後1時15分~3時15分 健康・栄養・家族計画相談 午後1時30分~3時30分				
8 (火)	困りごと相談 午前10時~午後3時 福祉会館	乳児前期健診 午後1時15分~2時45分	14 (水)	消費生活相談 午後1時~4時 市民相談室	1歳9ヵ月健診 午後1時15分~2時45分