

令和5(2023)年 No.1274

8月15日

広報 いせはら

Public Relations Paper

ISEHARA

人口と世帯

8月1日現在
()は前月比
●人口 101,503(-22)
●世帯数 46,997(+22)
※令和2年国勢調査(確報値)を基にした推計人口
●発行部数 / 38,700部

省エネ家電への買い換えに補助金を交付します

エネルギーや食料品における物価高騰の影響への支援として、家庭におけるエネルギー費用負担を軽減するため、省エネ家電製品への買い換えに対し、最大5万円の補助金を交付します。

対象 省エネ家電製品であるエアコン・テレビ・冷蔵庫の買い換え※1製品当たり5万円以上(3製品まで可。全ての製品が基準を満たす必要あり)

条件 9月1日(金)～10月31日(火)までに市内販売店で購入・設置した対象製品※給付は1世帯1回限り

補助金額 対象家電製品の購入・設置費の3分の1(上限5万円)

申し込み ①購入予定家電について、事前の審査を行います。事前審査書を郵送か直接市役所1階レストラン棟の専用窓口へご持参ください※事前審査書は市ホームページ「くらしのガイド」→「エネルギー・地球温暖化」、または市内の販売店か市役所2階の担当窓口で配架しています②事前審査が完了した人に申請書を送付します③家電製品を購入・設置後、申請書に必要な書類を添えて、郵送か直接レストラン棟の専用窓口へ

事前審査受付期間 9月1日(金)～10月6日(金)※予算に達した場合、受け付けを終了します

今回の補助対象となる「省エネ家電製品」とは

家電製品の省エネ性能を星の数で表した、統一省エネラベルにおいて、評価が3.0以上、または星3つ以上の製品のことで、

旧基準は星、新基準は星と数字で表示されていますが、新旧基準は問いません。



岡市省エネ家電補助金専用ダイヤル

☎0120-393-924※9月1日(金)以降の午前9時～午後4時30分

☎環境対策課☎94-4737

指定管理者を募集します

詳しくは8月30日(水)までに各担当で配布する募集要項でご確認ください
◇市ホームページ「募集」からも入手できます

受付期間 9月14日(木)～10月13日(金)

八幡谷戸ふれあいガーデン

市民農園の管理・運営を行う指定管理者を募集します。

指定期間 令和6年4月1日～11年3月31日(5年間)

対象施設 八幡谷戸ふれあいガーデン(西富岡1399)

応募資格 市民農園施設を適切に管理・運営ができる法人や団体、または複数の法人などが共同する共同事業体

募集説明会

とき 8月25日(金)午後2時～

ところ 市役所2階レストラン棟会議室

☎農業振興課☎94-4648

地域作業所ドリーム・すこやか園

市障害福祉センターの指定管理者を募集します。

指定期間 令和7年4月1日～12年3月31日(5年間)

対象施設 ①地域作業所ドリーム(桜台5丁目12番27号)②すこやか園(桜台4丁目5番20号)

応募資格 障がい福祉に関わる専門知識を有し、施設の運営ができる法人、または団体

募集説明会

とき ①8月27日(日)午前9時30分～②8月27日(日)午前11時～

ところ ①地域作業所ドリーム②すこやか園

☎障がい福祉課☎94-4720

伊勢原出身の2人の水泳選手が活躍

7月14日～30日に福岡県で開催された「世界水泳選手権2023福岡大会」に、伊勢原市で育った2人の水泳選手が出場しました。

今後のさらなる活躍に期待しましょう。

塩浦 慎理 選手(男子50メートル自由形)◇予選23位(22秒15)

眞野 秀成 選手(男子4×200メートルフリーリレー)◇予選9位(7分8秒70)

☎スポーツ課☎94-4628

いせはら未来っ子クラブ「みどりだい教室」を開校

一緒に活動するボランティアスタッフを募集します

放課後子ども教室(愛称 いせはら未来っ子クラブ)は、放課後の子どもたちが安全・安心に過ごす居場所づくりとして、学校施設を活用して実施している事業です。現在8小学校区で開校しています。

10月下旬から、緑台小学校区で新規教室がスタートするのに伴い、運営のお手伝いをしていただけるボランティアスタッフ(活動サポーター)を募集します。

特別な資格は不要です。子どもが好きな人、熱意と責任感をもって取り組んでいただける人なら大歓迎です。地域住民がスタッフとして参画することで、子どもと大人の交流が図られ、コミュニティの活性化も期待されます。

活動日時 給食がある水曜日の放課後(午後2時30分～4時45分)

活動場所 緑台小学校

対象 20歳以上の人(令和5年8月1日現在)

活動内容 児童の見守り、工作指導などプログラムのサポート ほか

謝礼 1回の協力につき1000円(要登録)

申し込み 住所、氏名、電話番号、希望教室を明記し電子メール、または電話で担当にお申し込みください

未来っ子活動サポーターになりませんか

みどりだい教室以外でも、活動サポーターを随時募集しています(複数の学校で活動することもできます)。ご協力いただける人は、担当にご連絡ください。特技を生かして、教室のプログラムを実施していただける人も募集しています。

いせはら未来っ子クラブ実施一覧表

教室名	活動場所	活動日時
いしだ	石田小学校	毎週月曜日13:15～16:30
たかべや	高部屋小学校	毎週月曜日13:00～16:45
いせはら	伊勢原小学校	毎週水曜日14:15～16:30
おおやま*	大山小学校	毎週水曜日14:15～16:20
ひびた	比々多小学校	毎週水曜日または金曜日14:30～17:30
なるせ	成瀬小学校	毎週木曜日14:15～16:45
さくらだい	桜台小学校	毎週木曜日14:15～16:20
たけぞの	竹園小学校	毎週木曜日14:25～16:40

*活動サポーターは募集していません

☎青少年課☎94-4647 ☒seisyounen@isehara-city.jp

全国一斉「こどもの人権110番」強化週間

「いじめ」を受けていて学校に行きたくない、親から虐待されている、でも誰に相談したらいいのかわからない…。もし、そんな苦しみを抱えていたら、一人で悩まずに話してみませんか。子どもに関わる問題について人権擁護委員が相談を受けます◇秘密は固く守られます

とき 8月23日(水)～29日(火)の午前8時30分～午後7時(土・日曜日は午前10時～午後5時)

専用電話

☎0120-007-110(フリーダイヤル)

LINEじんけん相談

LINEアプリ内で「LINEじんけん相談」を検索するか右のQRコードから友だち登録してご相談ください。



友だち登録

☎人権・広聴相談課☎94-4716

いせはら 掲示板

※費用の記載がないものは原則無料です。お問い合わせは各担当へ、郵送は「〒259-1188伊勢原市役所〇〇〇課」で届きます(住所の記入は不要です) ※催しなどの対象は原則、市内在住・在勤・在学の人です

主な施設の休館日	8/15~9/14	利用基準や休館日を変更している場合があります。詳しくは各施設へ。
図書館	8/15・21・28、9/4~8・11	※9/5~8は資料特別整理休館
子ども科学館	8/15・21・28、9/4~8・11	※9/5~8は施設点検休館
市民文化会館	8/21・28、9/4・11	
公民館	8/21・28、9/4・11	※中央公民館は8/28以外は開館 ※大田公民館は8/21・9/4は開館
総合運動公園体育館	8/21・28、9/4・11	
いせはらサンシャインスタジアム	8/21・28、9/4・11	
武道館	8/21・28、9/4・11	
行政センター体育館・弓道場	8/28、9/11	※体育館半面の一般利用を一時再開(8月27日まで)

開日時 開催場所 対象 定員 費用 申し込み 締め切り 問い合わせ 担当 電話番号 FAX番号 メールアドレス

●市内の主な犯罪発生件数●

犯罪の種類	6月	1月~6月
特殊詐欺	0	11(+6)
空き巣	1	7(-3)
車上狙いなど	5	16(+8)
乗り物盗	8	39(+12)

伊勢原警察署調べ()内は前年比

●新型コロナウイルス相談窓口●

症状のある人や感染が不安な人の総合的な窓口として、県の専用ダイヤルがあります。症状や外来対応を行う医療機関については、こちらにお問い合わせください。

新型コロナウイルス感染症専用ダイヤル(神奈川県) ☎0570-056774(午前8時~午後10時)

お知らせ

はかり(計量器)の定期検査

商店や工場、病院などで取引や証明に使用するはかりは、2年に1回の定期検査が義務付けられています。対象の事業所などには計量協会から事前に案内が発送されます。新規に購入した場合や検査を受けたことがない事業所などは、担当に連絡を。 ☎商工観光課 ☎94-4732

福祉のいずみ基金の果実配分

福祉事業を行う団体に基金の運用で生じた利子を配分します①障がい者や福祉支援が必要な人とその家族で構成される団体②市内に活動拠点があり、社会福祉事業を行う団体(営利・政治・宗教活動目的を除く)③設立後3年以上の活動実績がある団体 ◇対象経費=継続的に実施する事業に係る経費(人件費や食料費、運営費は除く)、福祉の向上を目的とした事業に係る経費◇配分額=1団体30万円以内 ☎市役所1階の担当で配布する申請書に記入し直接担当へ ☎9月14日(木) ☎福祉総務課 ☎94-4719

下水道排水設備工事責任技術者試験

☎11月7日(火)午後1時30分~3時30分 ☎川崎市教育文化会館、カルッツかわさき(いずれも川崎市川崎区) ☎6400円 ☎アークグリーンセンター2階の担当で配布する申込書に記入し郵送で※申込書の配布は8月21日(月)~9月8日(金)まで ☎9月22日(金) ☎下水道経営課 ☎92-3341

鳴りますか、あなたの家の住宅用火災警報器

古くなると電子部品の劣化や電池切れなどで正常に作動しなくなることがあります。定期的に本体のボタンを押すか、付属のひもを引いて点検を行いましょう。警報器はおおむね10年を目安に交換しましょう。 ☎消防本部予防課 ☎95-2118

中学校卒業程度認定試験

やむを得ない理由で義務教育を受けられなかった人を対象に、中学校卒業程度の学力があるかを認定する試験です。合格者は高等学校の入学資格を得られます。詳しくは担当へ。 ☎教育指導課 ☎74-5247



会計年度任用職員(消費生活相談員)を募集

事業者と消費者との間の取引に関して生じた苦情処理やあっせんなどの相談業務を行う非常勤職員を募集。勤務条件など詳しくは市ホームページ「職員採用」か市役所1階の担当で配布する募集案内で確認を◇募集人数=1人◇任用期間=10月1日~令和6年3月31日 ☎8月22日(火) ☎人権・広聴相談課 ☎94-4717

みかんの木オーナーの新規募集を中止します

天候の影響によりみかんの木の提供が困難なため、今年度の新たなオーナーの募集は中止します。 ☎農業振興課 ☎94-4664

福祉のいずみ基金*敬称略

◇加奈音楽事務所夢乃会・6万797円 ☎福祉総務課 ☎94-4719

催し

講座・教室 イベントなど

女性の再就職支援セミナー

再就職に不安を抱えている女性のためのセミナー◇子どもと一緒に参加可 ☎9月7日(木)午前10時30分~11時30分 ☎市役所分室 ☎20人(申込順) ☎8月23日(水)より電話か市LINE公式アカウント「申請・予約」から ☎子育て支援センター ☎74-5558 ☎商工観光課 ☎94-4732

市民のための大学教養講座

「少子化問題を哺乳動物の生殖学から考える」をテーマに東京農業大学の教授が講演 ☎8月25日(金)午前10時~11時30分 ☎中央公民館 ☎40人(申込順) ☎住所、氏名、電話番号を明記しFAX、または電話か直接担当へ ☎社会教育課 ☎93-7500 ☎93-7551

おもちゃ病院いせはらを開院

受付個数は各日20個(先着順)。部品交換などは実費、品物によって修理できない場合あり。詳しくは担当へ ☎①8月26日(土)②8月27日(日)③9月10日(日)の午前10時~午後2時(受付は午後1時30分まで) ☎①成瀬コミュニティセンター②伊勢原南公民館③伊勢原シテプラザ ☎社会福祉協議会 ☎94-9600

鈴木まつり

模擬店(焼き鳥、綿菓子、大麦麵)、福引きほか ☎8月25日(金)午後5時30分~8時 ☎鈴木会館駐車場 ☎伊勢原工業団地協同組合 ☎94-8085 ☎商工観光課 ☎94-4732

スポーツリーダー養成講座

「走ることから広がる世界 継続の先にあるもの」をテーマに元マラソン選手の小幡佳代子さんが講演 ☎9月17日(日)午後6時~ ☎市民文化会館小ホール ☎100人(申込順) ☎スポーツ課 ☎94-4628

市総合体育大会の参加者を募集

種目・日時	申込先	締切
ボウリング 9/24(日)	伊勢原ボウリングセンター ☎94-2260	9/23(土)
バドミントン 10/1(日)	市バドミントン協会ホームページから	9/20(水)

☎スポーツ課 ☎94-4628

親子パン作り体験

☎9月10日(日)午前10時30分~午後2時 ☎中央公民館 ☎5歳~小学校6年生の子どもと保護者8組(申込順) ☎1組1000円◇追加の場合、子ども1人500円 ☎8月15日(火)午前9時から電話か直接担当へ ☎社会教育課 ☎93-7500

施設見学「県総合防災センター」

見学・体験を通して、地震や風水害、火災から身を守る方法を学ぶ ☎9月22日(金)午前9時30分~正午◇集合=国道246号西河内交差点付近 ☎30人(申込順) ☎8月15日(火)午前9時から電話か直接担当へ ☎比々多公民館 ☎92-6961

精神保健ボランティア基礎講座

精神障がい者の支援活動について学ぶ ☎10月7日(土)・14日(土)・15日(日)の全3回、午後1時~4時30分 ☎伊勢原シテプラザ ☎市内在住の人20人(申込順) ☎500円 ☎9月1日(金)以降に住所、氏名、電話番号、講座名を明記しFAX、または電話で担当へ ☎社会福祉協議会 ☎94-9600 ☎94-5990 ☎子育て支援課 ☎94-4637

図書館 ☎92-3500

おはなしばる〜ん(乳幼児向け) ☎8月23日(水)・25日(金)の午前11時~11時20分 ☎12人(先着順)

野の会による視覚障がい者向け対面朗読サービス

希望する人は電話で申し込みを。

子ども科学館 ☎92-3600

一部予約制で、人数制限あり。詳しくは施設かホームページで確認を。

	大人	小・中学生	4歳以上小学生未満	4歳未満
入館料	300円	100円	無料	無料
観覧料	500円	200円	200円	

※入館料は展示室利用料、観覧料はプラネタリウム利用料です

プラネタリウム投影番組

8月16日(水)から		
火~木曜日	13:30□/15:30△	
土・日曜日、祝日	10:30■/13:30□/15:30△	

□=親子・一般向け番組「プラネタリウムでチョコちゃんに叱られる!チョコとキョエの宇宙大冒険!無知との遭遇」 △=親子・一般向け番組「ワフ・ドキ!探検★大宇宙 ガリレオアインシュタインセット」 ■=親子・一般向け番組「ハナビリウム」

健康・子育て

すくすく健康相談

保健師や栄養士などが未就学児の健康相談を受けます。身長・体重の計測もできます ☎電話か市LINE公式アカウント「申請・予約」から(申込順) ◇9月の相談は8月21日(月)から受け付け

日時	会場
8/23(水) 9:20~10:20	中央公民館
8/24(木) 10:00~10:50	成瀬公民館
8/29(火) 10:00~10:50	大田公民館
9/4(月) 9:50~10:40	成瀬コミュニティセンター
9/13(水) 10:00~10:50	比々多保育園

救急車の適正利用にご協力を

近年救急車の出動件数は増加しています。また、救急車で搬送された人の約4割が入院を必要としない軽症です。必要な人が早期に医療機関で治療を受けられるよう、ご協力をお願いします。

☎95-9144

子宮頸がんワクチンキャッチアップ接種

過去にワクチンを接種していない人、または全3回の接種が済んでいない人は残りの回数分を令和7年3月末まで無料で接種できます。対象者は市内と一部近隣市の医療機関に直接申し込みを◇詳しくは、市ホームページ「健康・福祉」→「予防接種」から確認を ☎平成9年4月2日~19年4月1日生まれの女性 ☎無料 ☎健康づくり課 ☎94-4609

4・5歳児検尿

腎疾患の予防および早期発見のため、毎年実施しています※幼稚園・保育園児は各園で実施 ☎9月15日(金)午前8時30分~9時30分 ☎市役所分室 ☎平成29年4月2日~平成31年4月1日生まれの幼児 ☎電話か直接市役所分室の担当へ ☎9月8日(金) ☎健康づくり課 ☎94-4616



ほっと ニュース

HOT NEWS

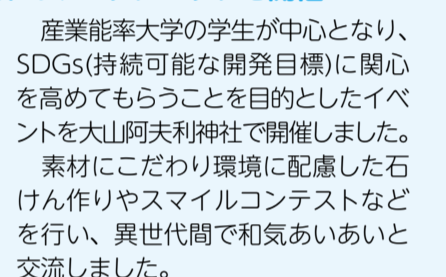
チャレンジしよう 国際交流2023

海外で活躍する青少年を育てる「ワールドキャンパスいせはら」。12か国計36人が参加し、6泊7日のホームステイを通して市内の名所を巡りました。この日は市職員とグループディスカッションを行い、さまざまな意見を聴いて多様な価値観に触れていました。(7月19日)



産業能率大学の学生が手作り石けんワークショップを開催

産業能率大学の学生が中心となり、SDGs(持続可能な開発目標)に関心を高めてもらうことを目的としたイベントを大山阿夫利神社で開催しました。素材にこだわり環境に配慮した石けん作りやスマイルコンテストなどを行い、異世代間で和気あいあいと交流しました。(7月22日)



夏の伝統行事大山夏山開きが行われました

大山で江戸時代から続く伝統行事「夏山開き」が行われました。毎年、登山口である登拝門の鍵を保管してきた東京・日本橋小伝馬町の「お花講」が門を開きに来訪しています。講元の大野さんは「ハイキングや森林浴などで大山を楽しんでもらいたい」と話しました。(7月27日)



がんばれ!いせはらっ子

岩崎蒼汰さんがサーフィン 全日本選手権で優勝

成瀬中学校1年生の岩崎蒼汰さんが6月21日~24日に福島県で行われた「第40回全日本級別サーフィン選手権大会」に出場し、ショートボードメン・マスター4、5級のクラスで優勝しました。



優勝の盾を手にする岩崎さん

宝くじ 公式サイト

宝くじがネットで購入できる!

宝くじ公式サイト

宝くじの収益金は、明るく住みよいまちづくりに使われます

お問い合わせ先 | 宝くじコールセンター | TEL 0570-01-1192 (ナビダイヤル 有料) | TEL 011-330-0777 (有料)

近隣地区の企業合同就職面接会を開催

伊勢原・平塚・茅ヶ崎・秦野・大磯・二宮地区を中心とした幅広い業種の企業による合同面接会。複数の企業の採用面接が受けられますので、履歴書(コピー可)を複数用意し、会場へお越しください。詳しくは問い合わせ先へ※当日受付、企業説明のみの参加可

と き ①9月13日(水)午後2時~4時②9月14日(木)午前10時30分~午後0時30分、午後2時~4時

ところ 平塚駅ビルラスカホール(平塚市宝町) ☎平塚市産業振興課 ☎21-9758 ☎商工観光課 ☎94-4732

ヤングテレホン 夏の特別相談

~#午後9時までお話しくよ~

平日の午前9時~午後5時に青少年本人から相談を受けているヤングテレホンを、期間中は夜間も受けます。夏休みも終わりに近づいて、気になること、親や先生、友達には話しにくいことなど、自分自身の悩みを相談員に話してみませんか。ヤングテレホン(青少年本人用) ☎96-0800

対象 おおむね30歳までの人

相談日時 8月28日(月)~30日(水)、9月4日(月)~6日(水)の午前9時~午後9時

※通話料がかかります。相談が重なった場合、つながることがあります

メール相談 ☎young-soudan@isehara-city.jp

☎青少年課 ☎94-4647

「みんなのベンチ」寄付を募集します

市内の都市公園や担当が管理している緑地に、伊勢原産木材を使用した「みんなのベンチ」の寄付を募集します。木製ベンチの設置は、林業の支援や間伐材の利活用、公園整備に役立ちます。ベンチには、寄付をしていただいた人・団体の名前とメッセージを入れたプレートを取り付けられます。記念日のお祝いや大切な思い出、企業のメッセージなどを形に残してみませんか。詳しくは市ホームページ「産業・まちづくり」→「公園整備」か市役所2階の担当でご確認ください。

金額 3万円、5万円、10万円(税抜き)※デザインにより異なります。併せて、寄付したものと同じ形のプレートとミニベンチのセットを3000円(税抜き)で購入できます

申込み 担当で配布する申込書に記入し、直接担当にお申し込みください※申込書は市ホームページからも入手できます

8タイプ(5万円) ☎みどり公園課 ☎94-4759

みんなの伝言

電話番号のおかけまちがいにご注意ください

○ イベント ○

- 「いただきます」上映会 食の大切さや自然と人のつながりの映画 ☎8月31日(木)午後1時45分~ ☎市民文化会館展示室 ☎800円 ☎伊勢原みんなにやさしいごはんプロジェクト・原田 ☎090-8089-6621
- いせはら写真愛好会作品展 四季折々の力作を展示 ☎9月4日(月)~10日(日)午前9時~午後5時(4日は午後1時から、10日は午後4時まで) ☎中央公民館 ☎いせはら写真愛好会・佐藤 ☎090-3244-2629

○ 会員募集 ○

- 「公開」女声コーラスレッスン with コールポピー 参加・見学自由 ☎8月26日(土)午前10時~11時45分 ☎中央公民館 ☎女性 ☎関後藤 ☎91-9060

みんなの伝言に掲載を希望する人は、掲載希望号発行日の2カ月前から1カ月前までに書面で広報戦略課へ(先着順)。



新型コロナウイルス関連情報

令和5年秋開始接種が始まります

9月20日から、新型コロナウイルスワクチンの「令和5年秋開始接種」が始まります。使用するワクチンは、現在主流であるとされる「オミクロンXBB.1系統株」に対応した新しいワクチンです。なお、掲載情報は8月7日時点のもので、今後変更になる場合があります。

令和5年秋開始接種の概要

接種券の発送時期や集団接種会場の日程など、詳しくは決まり次第、広報紙や市ホームページでお知らせします

と き 9月20日～12月※終了日は未定

と ころ 個別医療機関または集団接種会場

対 象 初回接種を完了した5歳以上の人

接種回数 追加接種として1回

ワクチン オミクロンXBB.1.5株対応1価ワクチン(ファイザー・モデルナ社製)

健康づくり課 ☎92-1117



バナー広告を募集します

市ホームページにバナー広告を掲載しませんか。自社のホームページなどへリンクを張ることができます。

広告規格 縦60ピクセル×横120ピクセルの画像形式(5キロバイト以内)

掲載期間 1か月、3か月、6か月、12か月のいずれか

広告料 トップページ月額1万5000円、その他のページ月額5000円(市内事業者はそれぞれ1割減額)

申し込み 市役所4階の担当で配布する申込書に記入して直接担当へお



広告掲載イメージ

申し込みください。申込書は市ホームページ「申請書ダウンロード」からも入手できます◇随時受け付けています

広報戦略課 ☎94-4864

東部第二土地区画整理事業 新たな活力、支える人々

第14回 千代田工業株式会社

下槽屋東3丁目13番地 ☎0463-71-6507

■会社情報 Company Profile

代表者 代表取締役社長 東井 重和

本社所在地 伊勢原市白根415番地

設 立 昭和60(1985)年

業 種 金属加工業

従業員数 29人◇令和5(2023)年7月時点



東井 重和さん

あらゆる産業にあらゆる技術で貢献します

当社は創業から約40年にわたり、主に金属加工業を営んでいます。建材や什器備品(机や椅子、陳列棚といった家具や器具)、産業機械の部品など、多岐にわたる金属製品を製造しているほか、県内の小・中学校や高等学校の教科書販売も行っています。

金属の加工方法はレーザーで切断する、金属を曲げて形を変える、溶接して形を整えるなど、さまざまな技術での加工が可能です。新工場は少しずつ稼働を始めており、今後は機械の移動や人員配置などを行っていく予定です。お客さまの満足のため、ご要望に合わせて一つ一つ全力で対応しています。

■若手社員のとある一日

One Day Of A Young Staff

製造部でCAD*を使ったプログラミングを担当している猪口さんに、一日のスケジュールを伺いました。

*[Computer Aided Design]の略。コンピューターを用いた設計支援ツール



猪口 竜輝さん

DAILY SCHEDULE

- 7:40～ 出社
- 8:00～ 加工品のプログラミング
- 12:00～ 休憩
- 13:00～ プログラミング(新規データ作成)
- 15:30～ ミーティング
- 16:30～ 掃除や翌日の準備
- 17:00～ 退社



CADを使ってプログラミングする猪口さん



レーザーを使い鉄板を切断します

◇「シリーズ 新たな活力、支える人々」は今回で終了します



8月は食品衛生月間です

気温や湿度が高くなるこの季節は、カンピロバクターや腸管出血性大腸菌、黄色ブドウ球菌などの食中毒菌が増えやすくなります。

この機会に食材の管理や調理方法を見直し、楽しく健康に過ごしましょう。

食中毒を正しく知りましょう

食中毒は、原因となる細菌やウイルスが付着した食品や、有毒有害な物質が含まれる食品を食べることによって起こる健康被害です。

多くの場合、発熱や嘔吐、腹痛、下痢などの胃腸炎症状を起こし、まれに死亡するケースもあります。

食中毒を予防するためには、食中毒菌を「付けない」「増やさない」「やっつける」ことが大切です。

食中毒予防の6つのポイント

ポイント1 食品の購入

◆消費・賞味期限を確認。必要なものを必要なときに必要な量だけ購入する

◆肉や魚はビニール袋に入れ、他の食品と分ける

ポイント2 食品の保存

◆冷蔵・冷凍食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵・冷凍庫に保管する

◆冷蔵庫は10度以下に、冷凍庫はマイナス15度以下に維持する

◆冷蔵・冷凍庫の扉の開閉は極力控える

ポイント3 下準備

◆調理前や生肉・魚・卵を取り扱った後などは、せっけんで丁寧に手を洗う

◆器具は使用前によく洗う。とくに肉や魚に使った器具は要注意

◆食品の解凍は冷蔵庫で行い、自然解凍は避ける

◆使用後の包丁やまな板、ふきんなどは洗って消毒する

ポイント4 調理

◆肉や魚は十分に加熱する(目安は中心部を75度で1分間以上)

◆電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする

ポイント5 食事

◆食べる前にせっけんで手を洗う

◆食品は長時間室温で放置しない

ポイント6 残った食品

◆早く冷えるように、小分けして冷蔵保存する

◆時間が経ち、少しでも怪しいと思ったら思い切って捨てる

◆温め直すときは十分に加熱する

健康づくり課 ☎94-4616

