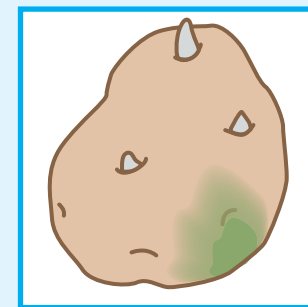
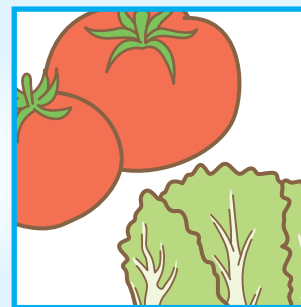
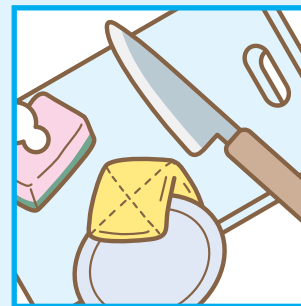
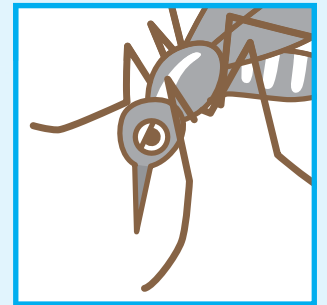
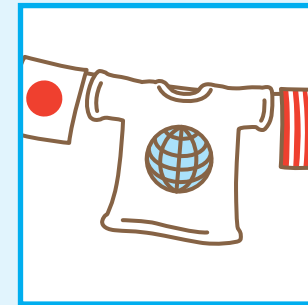
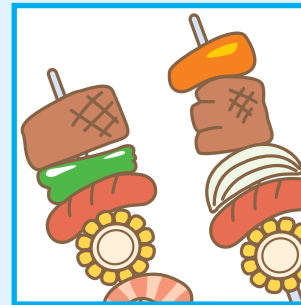
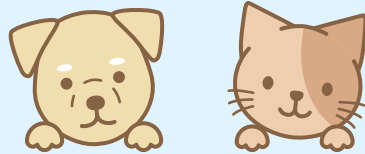


# 暮らし上手の ヒント vol.5

good life  
for our family



福岡市保健福祉局生活衛生部 〒810-8620 福岡市中央区天神1-8-1


生活衛生課 TEL 092-711-4273 FAX 092-733-5588 ✉ seikatsueisei.PHWB@city.fukuoka.lg.jp

食品安全推進課 TEL 092-711-4277 FAX 092-733-5588 ✉ shokuhinansen.PHWB@city.fukuoka.lg.jp

福岡市ホームページ <http://www.city.fukuoka.lg.jp/>

## Contents

- 01 - 02 この冊子について
- 03 - 04 暮 夏の厄介者「蚊」に要注意!
- 05 - 06 食 屋外のバーベキューや焼肉を安全に楽しもう!
- 07 - 08 暮 「改葬」には役所の手続きが必要です
- 09 - 10 食 「ベジフルスタジアム」へ行ってみよう!
- 11 - 12 食 台所の衛生管理を見直そう!
- 13 - 14 暮 大切なペットも一緒に避難しよう
- 15 - 16 暮 洗濯表示が新しくなりました
- 17 - 18 食 身近な「有毒植物」にご注意を!
- 19 - 22 よくある質問と問い合わせ先一覧

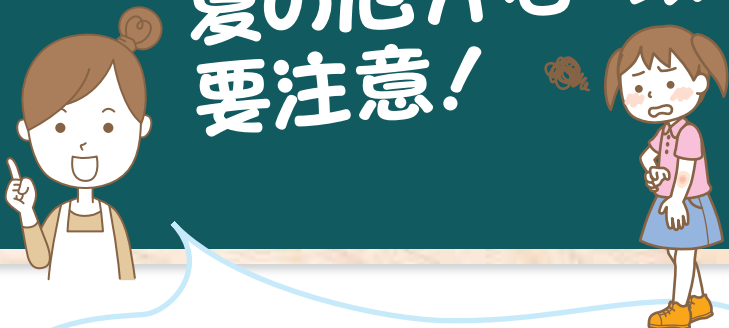


ゆっくりと丁寧に生きていくことはとても大切なこと。  
目や耳を研ぎ澄まし、情報を上手にキャッチしていくことで、  
快適な暮らしが実現できそうだし、  
イイコトもたくさん生まれてきそうです。

知らなかったことを発見すると、ついつい教えたくなる—  
そんな情報やヒントがこの一冊に詰まっています。

暮

# 刺されるとかゆい! 夏の厄介者「蚊」に 要注意!

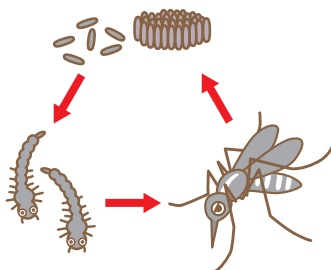


気温が高くなると発生する蚊は、刺されるとかゆみを発するだけでなく、感染症を媒介する可能性もあります。蚊の被害を避けるためには、「刺されないこと」と「蚊を増やさないこと」が大切です。

## 蚊はどうして増えるの?

蚊は小さな水たまりにも卵を産み、短期間で成長します。蚊の成虫は草地ややぶなどの風通しの悪いところに生息し、普段は花の蜜などを餌にしています。

蚊の雌は産卵のために吸血すると、水際や水面に卵を産み付けます。幼虫(ボウフラ)からさなぎまでは水中で過ごし、夏季の好適条件下では、産卵から約12日で成虫になります。



## 今すぐできる蚊の対策

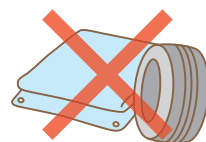
### ●刺されないためには…

- 蚊がいそうな場所に近づくときは虫よけ剤を使用する
- 皮膚が露出しないように、長袖シャツ、長ズボンを着用する
- 裸足でのサンダル履きを避ける
- 網戸や扉の開閉を極力減らし、屋内への蚊の侵入を防ぐ

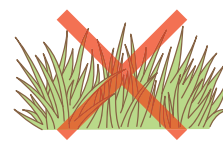
### ●増やさないためには…

- ビニールシートやジョウロなどの水が溜まりやすい物を片付ける
- 植木鉢の水受け皿に溜まった水はこまめに捨てる
- 雨水ます等に網戸の網を張り、蚊が産卵するのを防ぐ

家の周りの水たまりを無くすことで、  
蚊の数を減らすことができます。



雨よけのブルーシートや古いタイヤに溜まった水たまり



風通しの悪いやぶ・草むら



野外に放置された空きビン・缶、ペットボトル



植木鉢の皿



雨水ますや排水ます



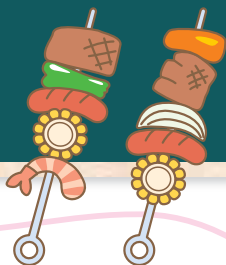
雨ざらしの用具

日常的に、上記のようなことに心がけておくことが重要。海外渡航等で感染症が疑われるような場合には、すぐに医療機関や保健所をお訪ねください。



食

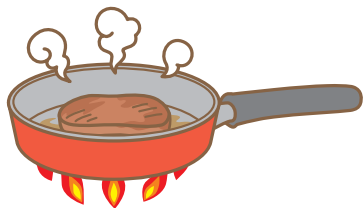
# 屋外のバーベキューや 焼肉を安全に 楽しもう!



屋外でのバーベキューに人気が高まっています。そんな時に、特に気になるのは食中毒ですね。今回は、肉を安全に食べるために役立つ情報をお届けします。

## 新鮮だから大丈夫! は間違い

新鮮な肉なら生焼けでも大丈夫、と思いませんか? どんなに新鮮でも生肉にはO157やサルモネラ、カンピロバクターなど食中毒を起こす細菌が付いている可能性があります。しかし、食べる前に食中毒菌がついているかどうか確認することはできません。そのため、調理の段階で食中毒を予防することが大切です。



## お肉の保管にも注意

屋外へ持っていく時には、保冷剤や氷を十分に入れたクーラーボックスなどに入れて、温度が上がらないようにしましょう。直射日光が当たるところに放置するのは厳禁です。

### 焼肉を安全に楽しむためのポイント

肉を食べる時に最も重要なことはきちんと焼くこと。次のポイントをしっかり守って食中毒を予防しましょう!

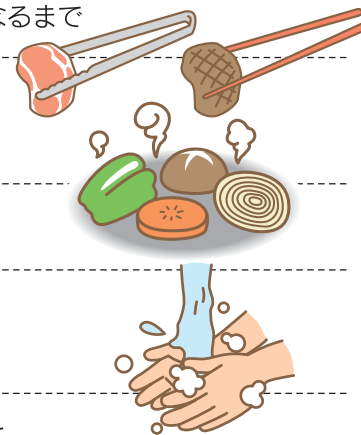
- ☑ 「中心部が75℃で1分以上」を目安によく加熱  
具体的には中心部の赤みがなくなるまで

- ☑ 生肉を扱う「はし(トング)」と食べる「はし」は分ける

- ☑ 生肉に触れた野菜もしっかり焼く

- ☑ 調理器具は生肉用と野菜用とで使い分ける

- ☑ 生肉に触れた後は石けんを使って  
ていねいに手を洗う



## 福岡市でも食中毒は起きているの?

福岡市で発生している食中毒はカンピロバクターによるものがほとんどで、その主な原因食品は、鶏刺しや鶏たたきなど、生又は加熱不十分な肉です。鶏たたきのように、表面を軽く加熱する程度ではカンピロバクターは完全には死にません。少ない菌量でも発症するため、中心部まで十分火を通しましょう。

暮

# お墓の引越どうするの？ 「改葬」には役所の 手続きが必要です



「改葬」とは、既に墓地や納骨堂に埋蔵、収蔵されている遺骨を他の墓地や納骨堂に移すことをいいます。「改葬」には、どのような手続きが必要なのでしょうか。

## お墓の引越ってどうすればいいの？

改葬には、市町村長が発行する「改葬許可証」が必要です。現在、遺骨を納めている墓地や納骨堂の所在地が福岡市内であれば、その区の生活環境課※窓口で申請します。

改葬許可証は、次の場合発行できないことがあります。詳しくは各区生活環境課又は生活衛生課にご相談ください。

- 改葬先が決まっていない場合
- 改葬先の墓地や納骨堂が自治体から経営許可を受けていない場合

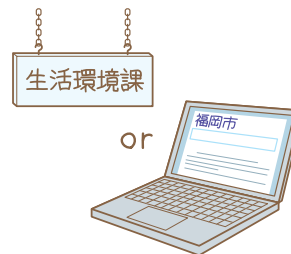
※博多区は自転車対策・生活環境課



## 手続きはどのように進めたら良いの？

下記の手続きが必要です。(福岡市の場合)

1



区役所窓口(生活環境課(博多区は自転車対策・生活環境課))で「改葬許可申請書」を入手する。※福岡市のホームページでもダウンロードできます。

2



改葬許可申請書に必要事項を記載する(2部)。

3



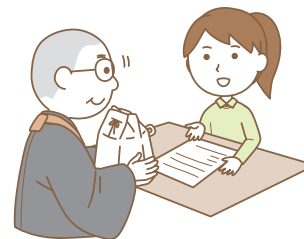
現在の墓地管理者へ改葬することを伝え、改葬許可申請書に「埋蔵の証明」を受ける(2部)。

4



現在遺骨を納めている墓地・納骨堂のある区役所窓口(生活環境課(博多区は自転車対策・生活環境課))で申請する。

5



「改葬許可証」を受け取ったら、現在遺骨を納めている墓地・納骨堂の管理者に改葬許可証を提示し、遺骨を受け取る。

6



移動先の墓地・納骨堂の管理者に改葬許可証を渡し納骨する。



2016年2月、福岡市東区のアイランドシティにオープンした福岡市中央卸売市場青果市場「ベジフルスタジアム」。これまで市場関係者しか入ることができなかった市場内の様子を、一般の方も見学できるようになりました。

## ベジフルスタジアムってどんなところ？何をやってるの？

ベジフルスタジアムは福岡市が開設している青果市場で、野菜や果物等の卸売りが行われています。また、ベジフルスタジアム内の福岡市食品衛生検査所では、市場を流通する青果物の安全性を確保するため、市場に出荷されてきた青果物について次のような検査を行っています。

○残留農薬 ○防かび剤 ○食中毒細菌 など

さらに、出荷前の農産物についても残留農薬検査を行うなど、より一層の食の安全・安心に向けた取組を推進しています。



## ベジフルスタジアムではどんなことが見学できるの？

「せり」や検査の様子を見学できます。

ベジフルスタジアムでは、市場が休みの日を除く毎朝7時から1時間半程度「せり」が行われています。活気あふれるせりの様子は圧巻です！



また、残留農薬などの検査の様子もガラス越しに見ることができます。ベジフルスタジアムのように検査の様子を間近で見学できる施設は珍しく、必見です。

●見学については、下記へお問い合わせください

**見学日時** 月～金曜の8時～15時 **人数** 10～20人程度

**申し込み先** 福岡市中央卸売市場青果市場 TEL 092-683-5323

## ●毎月第3土曜日は「ベジフル感謝祭」！

新鮮な野菜や果物の購入ができるほか、料理教室(要事前申込)や青果物を使った実験コーナーもありますよ。家族みんなで楽しめる「ベジフル感謝祭」にぜひお越しください！



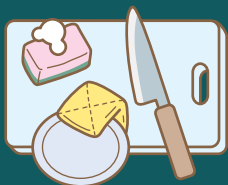
### ベジフルスタジアムへの交通アクセス

〈西鉄バス〉

- ▶ 天神方面から：  
ベジフルスタジアム前バス停  
下車 徒歩1分
- ▶ 博多・千早方面から：  
照葉ガーデンスクエア入口バス停  
下車 徒歩10分

食

# 台所の衛生管理を見直そう！



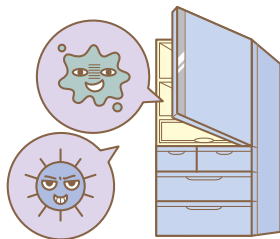
一見、きれいに片付いているように見える冷蔵庫や調理台の周り。でも、思わぬところで菌が増えていることも…。

台所の衛生管理について、見直してみましよう！

## 冷蔵庫の管理に気をつけよう！

「冷蔵庫は冷えているから大丈夫」と考えている方、それは間違いです。菌は低温では増えにくいですが、死ぬわけではありません。特に野菜室やドアポケットは、他の場所よりも温度が高く、汚れがたまり菌が増えやすいので、こまめな掃除が必要です。

また、食品を詰め込みすぎると冷えにくくなるので、容量の7割の保管を目安にしましょう。



## 細菌の増殖に要注意！

細菌は温度、湿度、栄養の3条件がそろくと爆発的に増えます。例えば病原性大腸菌O157は15～20分で2倍に増えます。作った料理はすぐに食べ、食品を室温に長く放置しないようにしましょう。

## 食中毒を防ぐために

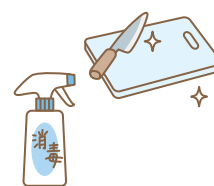
生肉や魚介類、野菜などを調理する際、包丁やまな板などの調理器具や手指についた細菌が他の食材に付着して食中毒になる場合があります。

まな板やふきん、スポンジ等の台所用品は、水に濡れたままだと細菌が急激に増えることがあります。そのまま使うと、食器や食品などに細菌を広げてしまうのでこまめに消毒をしましょう。台所用品の消毒には、熱湯や塩素系漂白剤を使うと効果的です。

### ●食中毒予防のポイント●

① 手指や調理器具は十分に洗浄・消毒する

② 調理前に野菜(カット野菜も含む)をよく洗う



③ 野菜を先に切り、後から肉や魚を切る

④ 肉や魚を切った包丁やまな板は十分洗浄する



### 熱湯消毒の方法

- 1 洗剤で十分に汚れを落とす。
- 2 80℃以上の熱湯に5分以上つけ込む。
- 3 よく乾燥させる。



暮

## 災害時のペット救護対策 大切なペットも 一緒に避難しよう



大きな地震などの災害があったとき、ペットと飼い主が離れ離れにならないよう、日ごろからの対策が必要です。ペットも大事な家族の一員。避難対策は万全に。

### 同行避難するために

災害時は、自分の身の安全を確保してから、大切なペットと同行避難（一緒に避難）してください。災害時に迷子になったペットは、飼い主のもとへ戻ってこないこともあります。ペットと同行避難できるよう災害時に備え、ペット用の持ち物チェックリスト（フード、薬、リード、ケージなど。P.22参照）を作成し、避難準備を整えましょう。

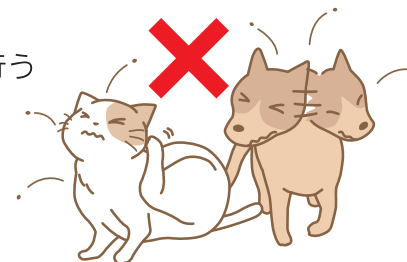
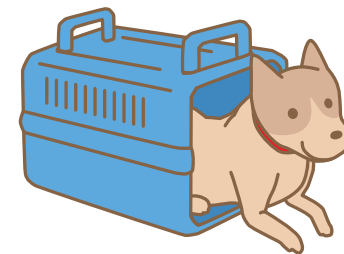


### 避難所でのトラブルを防ぐために

これまでの災害では、「つらい避難生活の中でペットが心の支えになった」という意見がある一方、「鳴き声がるさい」、「毛が舞って不衛生」、「動物アレルギーがあるので困る」などでトラブルが発生しています。

いつも以上に周囲への配慮が必要になりますので、普段から以下の事に気をつけておきましょう。

- 犬はしつけを適切に行っておく
- ケージに慣れさせておく
- 狂犬病予防注射や各種ワクチンを接種しておく
- ノミ・ダニの駆除を定期的に行う



### もしもペットが迷子になったら

ペットが迷子になってしまった時は、

- 動物愛護管理センター（福岡市外の場合は保健所）に連絡
  - 最寄りの交番や警察署に連絡
  - 許可を取ってから避難場所の掲示板や周辺の店舗に情報を掲示
- ※迷子になっても飼い主が分かるように「犬鑑札」や「注射済票」、「迷子札」を首輪につけたり、マイクロチップを装着することも大切です。





# 洗濯表示が 新しくなりました

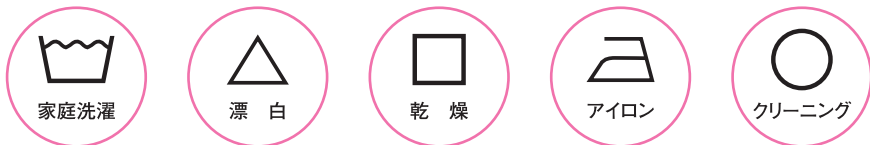


国内で市販されている衣類の洗濯表示が平成28年12月1日から国際規格に合わせた41種類の表示記号に一新されました。これまでのものよりも種類が増えて、見た目も大きく変わるので良く確認しておきましょう。

## 新しい取扱い表示の記号と意味

新表示は、記号や数字の組み合わせで表されます。これらの記号を確認し適切な洗濯をこころがけましょう。

### ●5つの基本記号



\*上記の順に表示されます。

### ●付加記号と数字 文字ではなく、記号と数字で強さや温度、禁止を表します。

<強さ>基本記号の下に付加

<温度>基本記号の中に付加

<禁止>

線なし 通常の強さ  
 ー 弱い  
 二 非常に弱い  
 「線(一)」が増えるほど作用は弱くなります。

<記号> 「●」「●●」「●●●」  
 低 → 高  
 タンブル乾燥やアイロンの温度は「点(・)」で表します。数が増えるほど温度は高くなります。  
 <数字> 【例】 数字は家庭洗濯での洗濯液の上限温度です。

✕  
 基本記号と組み合わせて、禁止を表します。

## 新表示への変更例

### 現行表示から新表示への変更例

→ 60℃を限度とした洗濯ができる	家庭での洗濯は洗濯機・手洗いともに「おけ」のマークで表されます。「おけ」の中の数字は液温の上限です。
→ 40℃を限度とした手洗いができる (旧表示は30℃)	
→ 塩素系および酸素系漂白剤が使える	三角形は漂白剤が使用できることを示しています。
→ 200℃を限度としてアイロン仕上げができる (旧表示は210℃)	アイロンは点の数が上がるほど上限温度が高くなります。
→ 日陰でのつり干し乾燥がよい	乾燥は四角形で表されます。四角形の中の縦線は「つり干し」、斜線は「日陰干し」を指しています。
→ ドライクリーニングができる (溶剤はパークロロエチレン及び石油系)	クリーニング店での扱いは丸い記号で表されます。丸の中のPは、パークロロエチレン及び石油系溶剤が使用できることを示しています。

詳しくは消費者庁のホームページでご確認ください。

消費者庁 洗濯表示記号

## クリーニング店の衛生管理

衣類によっては、クリーニング店に洗濯を依頼することもあります。福岡市では、クリーニング店や工場への立入検査を定期的に行い、施設が衛生的に管理されているか確認しています。



# 身近な「有毒植物」にご注意を！



平成28年春、全国各地で有毒植物を原因とする食中毒事例が多数報告されました。

有毒植物は、みなさんが思っているより身近にあるため、注意が必要です。

## 間違いやすい有毒植物

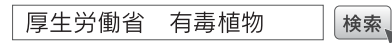
大葉と似ているアジサイや、ニラと似ているスイセンなどを誤って食べてしまう食中毒事故がしばしば起きています。

食用かどうか分からないもの、植えた覚えがないものは食べないようにしましょう。



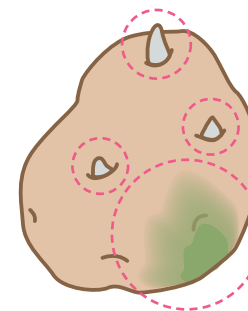
食用植物	間違いやすい有毒植物
大葉	アジサイ
ニラ、ノビル、タマネギ	スイセン
ゴボウ、オクラ、モロヘイヤ、アシタバ、ゴマ	チョウセンアサガオ
サトイモ	クワズイモ

詳しくは厚生労働省のホームページでご確認ください。



## ジャガイモにも注意

ジャガイモは有毒植物ではありませんが、その芽や緑色に変色した部分には有毒成分「ソラニン」や「チャコニン」が含まれています。間違えて食べるとおう吐、下痢、頭痛などの食中毒を引き起こすことがあります。



※○が取り除く部分です。

ソラニンやチャコニンは加熱しても分解されないため、ジャガイモの芽やその根元、緑色に変色した皮は完全に取り除くことが肝心です。

小学校や家庭菜園などでジャガイモの栽培を行う方は特に気を付けましょう。

## 有毒植物を誤って食べてしまったら

誤って食べて体調を崩した場合はすぐに医師の診察を受けましょう。



- 飲み水(井戸水、ビルやマンションの水道水)について教えてほしい
- シックハウス症候群について知りたい
- 住まいのダニやカビ等について教えてほしい

お住まいの区の保健福祉センター衛生課 **環境係** へ問い合わせを

- 食品を購入したら、ガラス片が入っていた。どうしたらいいの?
- 地域のバザーで食品を出す場合の手続きを知りたい
- 食品の衛生的な取扱いについて知りたい

お住まいの区の保健福祉センター衛生課 **食品係** へ問い合わせを

東区 (東保健所)	環境係	食品係	
	☎ 092-645-1112	☎ 092-645-1111	FAX 092-645-1114
✉ eisei.HIWO@city.fukuoka.lg.jp			
博多区 (博多保健所)	環境係	食品係	
	☎ 092-419-1125	☎ 092-419-1126	FAX 092-434-0007
✉ eisei.HAWO@city.fukuoka.lg.jp			
中央区 (中央保健所)	環境係	食品係	
	☎ 092-761-7351	☎ 092-761-7356	FAX 092-734-1690
✉ eisei.CWO@city.fukuoka.lg.jp			
南区 (南保健所)	環境係	食品係	
	☎ 092-559-5161	☎ 092-559-5162	FAX 092-559-5149
✉ eisei.MWO@city.fukuoka.lg.jp			
城南区 (城南保健所)	環境係	食品係	
	☎☎ 092-831-4219		FAX 092-822-5844
✉ eisei.JWO@city.fukuoka.lg.jp			
早良区 (早良保健所)	環境係	食品係	
	☎ 092-851-6602	☎ 092-851-6609	FAX 092-822-5733
✉ eisei.SWO@city.fukuoka.lg.jp			
西区 (西保健所)	環境係	食品係	
	☎ 092-895-7094	☎ 092-895-7095	FAX 092-891-9894
✉ eisei.NWO@city.fukuoka.lg.jp			

- 豚肉や牛肉がどんな検査をされているか、見てみたい

保健福祉局食肉衛生検査所 ☎ 092-651-3404 FAX 092-651-9015

✉ shokuniku.PHWB@city.fukuoka.lg.jp

- 鮮魚市場や青果市場を流通している食品がどんな検査をされているか、見てみたい

保健福祉局食品衛生検査所 (鮮魚) ☎ 092-711-6440 FAX 092-711-6439

(青果) ☎ 092-682-3922 FAX 092-682-6144

✉ shokuhin.PHWB@city.fukuoka.lg.jp

- 犬猫の行方不明、保護情報について問い合わせたい
- 飼えなくなった犬猫について相談したい
- 犬猫を譲り受けたい
- あにまるぼーとのふれあい広場ってどんなところ?

あにまるぼーと (東部動物愛護管理センター) ☎ 092-691-0131 FAX 092-691-0132

▶ 福岡市東区蒲田5-10-1 (福岡市クリーンパーク東部北隣)

✉ dobutsukanri.PHWB@city.fukuoka.lg.jp

敷地内のふれあい広場では、飼い犬と散歩したり遊んだりできます (リードを放すことができるドッグランではありません)。



- 「地域猫活動」について詳しく知りたい
- 野良猫が増えて困っているので、相談したい

ふくおかどうぶつ相談室 (家庭動物啓発センター) ☎ 092-891-1231 FAX 092-891-1259

▶ 福岡市西区内浜1-4-22

✉ dobutsukanri.PHWB@city.fukuoka.lg.jp

- 犬の登録や狂犬病予防注射に関する手続きについて教えてほしい
- 犬猫のしつけについて相談したい

あにまるぼーと (東部動物愛護管理センター) ふくおかどうぶつ相談室 (家庭動物啓発センター)

- セアカゴケグモを見つけたけど、どうしたらいいの？ ●大きなハチの巣があって心配だ
- 浄化槽のことを知りたい ●家庭ごみの出し方を教えてほしい

## お住まいの区の生活環境課へ問い合わせを

セアカゴケグモやハチの駆除は行っておりませんが、駆除の方法について相談を受け付けています。

東区役所生活環境課 ☎092-645-1024 FAX092-632-8999  
 ✉ seikatsukankyo.HIWO@city.fukuoka.lg.jp

博多区役所自転車対策・生活環境課 ☎092-419-1070 FAX092-441-5603  
 ✉ seikatsukankyo.HAWO@city.fukuoka.lg.jp

中央区役所生活環境課 ☎092-718-1092 FAX092-718-1079  
 ✉ seikatsukankyo.CWO@city.fukuoka.lg.jp

南区役所生活環境課 ☎092-559-5101 FAX092-561-5360  
 ✉ seikatsukankyo.MWO@city.fukuoka.lg.jp

城南区役所生活環境課 ☎092-833-4089 FAX092-822-4095  
 ✉ seikatsukankyo.JWO@city.fukuoka.lg.jp

早良区役所生活環境課 ☎092-833-4343 FAX092-851-2680  
 ✉ seikatsukankyo.SWO@city.fukuoka.lg.jp

西区役所生活環境課 ☎092-895-7053 FAX092-882-2137  
 ✉ seikatsukankyo.NWO@city.fukuoka.lg.jp

## その他

環境局保健環境研究所 ▶ ☎092-831-0660(代表) / FAX092-831-0726  
 ✉ hokanken.EB@city.fukuoka.lg.jp

## よくあるQ&A

Q このコラムのような内容をもっと積極的に知りたいのですが、  
 どうやったらこういう情報が手に入りますか？

A 福岡市では、くらしに役立つ出前講座を無料で行っています。  
 学びたいテーマや日時、場所なども相談できます。生活衛生課・食品安全推進課(背表紙)  
 へお気軽におたずねください。





テーマ例 「食」(食中毒予防、食の安全安心確保のための福岡市の取り組み)  
 「くらし」(井戸水やマンションの水道水、シックハウス症候群、住まいのダニ・カビ対策)  
 「動物」(地域猫活動、動物愛護)

Q 災害時にペットと同行避難するときには、何を持ち出せば良いですか？


A 以下のチェックリストにある物を持ち出しましょう。

## ペット用の持ち物チェックリスト

【優先順位1】…命や健康にかかわるもの







<input type="checkbox"/> 療法食、薬 	<input type="checkbox"/> 5日以上以上のフード、水 	<input type="checkbox"/> 予備の首輪、リード(伸びないもの) 	<input type="checkbox"/> ガムテープ 
---	--	---	---

【優先順位2】…飼い主やペットの情報を記録したもの

<input type="checkbox"/> ペットの記録 	<ul style="list-style-type: none"> <li>・飼い主の連絡先</li> <li>・ペットの写真</li> <li>・ワクチン接種状況</li> <li>・既往症・健康状態</li> <li>・かかりつけの動物病院 など</li> </ul>
--	---

脱走防止のためケージに貼ったり、首輪とリードが離れないように巻き付けたり、何かと便利

【優先順位3】…ペット用品(空欄は自由に記載してください)

<input type="checkbox"/> ペットシート 	<input type="checkbox"/> タオル 	<input type="checkbox"/> ブラシ 	<input type="checkbox"/> おもちゃ 
<input type="checkbox"/> 洗濯ネット(猫の場合) 	<input type="checkbox"/> トイレ用品(猫はトイレ砂も) 	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

web版

「暮らし上手のヒント」も  
 よろしくね!

お出かけ先や、お友達の家など、どこでも  
 「暮らし上手のヒント」が見られます!

スマートフォン・パソコンからのアクセスは…

暮らし上手のヒント 福岡市 検索