

【今月の目次】

1. ごあいさつ
2. 南区役所からのお知らせ
3. ため蔵まめ知識～ためになる食のハナシ～

【1】ごあいさつ

夏の暑い日々から一転してすっかり秋が深まってきましたね。
食欲の秋ですので、たくさん食べて元気に過ごしましょう！

【2】南区役所からのお知らせ

■ 第41回 南区美術展の作品を募集します！

2021年11月30日(火)から12月5日(日)まで、福岡市美術館で南区美術展が開催されます。

開催にあたって展示する作品を募集いたしますので、皆様のご応募をお待ちしております。

【応募期間】

11月10日(水)まで

【応募資格】

区内に住むか通勤・通学する16歳以上の人（高校生以上）

【応募方法】

区ホームページ内にある応募フォームから直接申し込み。または、企画振興課、公民館で配布の作品要項裏の出品目録を企画振興課まで提出。

郵送（南区市民の祭り実行委員会 〒815-8501 住所不要）、Fax（562-3824）メール（kikaku.MW0@city.fukuoka.lg.jp）でも申込可能です。

応募フォームはこちら

https://www.city.fukuoka.lg.jp/minamiku/k-shinko/charm-event/r1_minamikubijututen_sakuhinnboshu_2.html

■ 南区大学公開講座「離乳食の進め方」参加者募集します！

南区では、区内及び周辺の7つの大学・短期大学と連携して、各大学の専門性を地域に活かす市民向けの公開講座を開催しています。

今年度は対面とオンラインの同時開催です。お気軽にご参加ください。

講座：「離乳食の進め方」

講師：純真短期大学 食物栄養学科 宅間 真佐代先生

日時：令和3年12月4日（土） 午前10時～11時

対象：主に乳幼児の保護者

定員：対面型15人、オンライン（zoom）30人

申込方法：ハガキまたは下記URLよりお申込みください。

〈申込みフォーム〉

https://www.city.fukuoka.lg.jp/minamiku/k-shinko/charm-event/daigakukoukaikouza_form_2021.html

詳細は下記URLよりご確認ください。

https://www.city.fukuoka.lg.jp/minamiku/k-shinko/charm-event/koukaikouza_2021.html

■ アニサキスによる食中毒に注意してください

近年、福岡市ではカンピロバクターと並んでアニサキスによる食中毒発生件数が増えています。

アニサキスとは寄生虫の一種で、その幼虫がサバ、アジ、イカ、イワシ、サンマなどの内臓に寄生します。アニサキスが寄生している魚介類を、生または加熱が不十分な状態で食べると、食中毒（アニサキス症）が起こります。

これから生食用の魚介類がおいしい季節ですので、特徴や予防方法をお知らせします。

○アニサキスによる食中毒の症状

アニサキス幼虫が寄生する魚介類を食べた後

- ・ 2～8時間後に、激しい腹痛、吐き気、嘔吐が起きる（→胃アニサキス症）
- ・ 10時間後以降に、激しい腹痛、腹膜炎症状が起きる（→腸アニサキス症）

※激しい腹痛があり、アニサキスによる食中毒が疑われる場合には、速やかに医療機関を受診してください。

○予防方法

- ・ 新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除くこと
- ・ 魚の内臓は生で食べないこと
- ・ 加熱すること（アニサキス幼虫は60度で1分、70度以上で瞬時に死滅）
- ・ 冷凍すること（-20度で24時間以上冷凍すると死滅）

※一般的な料理で使う程度の量や濃度の塩・わさび・酢などでは、アニサキス幼虫は死滅しません。

アニサキスによる食中毒を予防しましょう（厚生労働省 HP）

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000042953.html>

アニサキス症とは（NIID 国立感染症研究所 HP）

<https://www.niid.go.jp/niid/ja/kansennohanashi/314-anisakis-intro.html>