

【今週の目次】

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

【ため蔵食ゼミホームページ】

https://www.city.fukuoka.lg.jp/minamiku/eisei/life/tamezousyokuzemi_top.html

【1】ごあいさつ

梅雨に入り、気温や湿度が高い日が多くなっています。食べ物が傷みやすい季節ですので、食中毒予防の三原則「つけない、ふやさない、やっつける」に気を付けてお過ごしください。

【2】ため蔵まめ知識～ためになる食のハナシ～

■食品、添加物等の夏期一斉取締り実施中

7月1日から31日にかけて、以下の項目について保健所の食品衛生監視員による食品関連施設の巡回監視を強化しています。

- ・夏に多く発生する食中毒の予防
- ・新たにテイクアウトやデリバリーを始めた施設に対する指導
- ・長期間休業していた施設が営業を再開する時の衛生面の指導
- ・食品表示の点検

これまでの福岡市の一斉監視結果はこちらをご覧ください。（福岡市ホームページ）

<https://www.city.fukuoka.lg.jp/hofuku/shokuhinanzan/life/syokuhinanzan-ansin/018.html>

■今年の「土用の丑の日」は7月21日と8月2日

夏の風物詩である「土用の丑の日」がやってきます。店先でもうなぎのかば焼きをよく見かける時期ですね。江戸時代、学者である平賀源内が知り合いのうなぎ屋から相談を受け、店の前に「本日丑の日 土用の丑の日 うなぎの日 食すれば夏負けすることなし」と看板を立てかけることを提案したら、その店が大繁盛したことで他の店が真似するようになった、と言われています。（起源については諸説あります。）

元号「令和」の典拠になった「万葉集」にも、「石麻呂に われ物申す 夏痩せに 良しといふ物そ 鰻取りめせ 大伴家持」とあり、千年も昔から、夏の暑い時期にうなぎを食べる習慣はあったのかもしれませんが。土用は季節の変わり目ですから、体調を崩しやすい季節の変わり目に栄養価の高い食べ物を食べて元気にすごそう！というのは理にかなっていますね。

その他、「丑の日に『う』の字がつく物を食べると夏負けしない」という風習もあるようですが、結局うなぎだけが定着したようです。

■アンケート「土用の丑の日と言えば？」

あなたが食べると元気になれる「う」で始まる食べ物は何か？下記のアンケートサイト（福岡市役所ホームページ内）でご回答をお願いします。アンケート結果は次号（第7号）で発表いたします。締切は7月31日金曜日です。

https://www.city.fukuoka.lg.jp/minamiku/eisei/life/tamezomail_06unagi.html

【3】南区役所からのお知らせ

■マスク着用時の熱中症に注意

気温、湿度が高いときは、マスクを着けると体温調節が難しくなり、気付かないうちに熱中症を引き起こすことがあります。暑さを避けて水分を取るなど「熱中症予防」と、マスクの着用などの「新しい生活様式」を両立させるため、以下の点に注意しましょう。

- ・屋外で周囲の人と2メートル以上距離を取れるときは、適宜マスクを外して休憩する
- ・マスク着用時は激しい運動を避ける
- ・のどが渇いていなくても小まめに水分補給する
- ・体調が悪いと感じたら無理せず休む

※新しい生活様式とは、新型コロナウイルス感染防止の三つの基本である1. 身体的距離の確保、2. マスクの着用、3. 手洗いの実施や、「3密（密集・密接・密閉）」を避けるなどの対策を取り入れた日常生活のことです。

「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント（厚生労働省ホームページ）
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000121431_coronanettyuu.html

■気軽にご注文ください「南区出前講座」

暮らしに役立つ情報や区の事業を職員が地域に出向いて分かりやすく説明します。「くらし」「まちづくり」「子ども」「健康・福祉」「ごみ・環境」の5分野20講座を用意しています。講座の情報は区役所などで配布しているパンフレットか、区ホームページをご確認ください。

- ・期日：原則、平日の午前9時～午後5時までの間の90分程度。夜間や土、日、祝休日を希望する場合は各担当課にご相談ください。
- ・場所：会場は申込者が準備してください。
- ・対象：区内に住むか通勤、通学する10人以上の団体
- ・料金：無料
- ・申込方法：希望日の2週間前までに電話か、ファクスに希望テーマ、日時、会場、連絡先を書いて担当課へ。

※会場での消毒液の準備や換気、参加者の体調チェック、人との距離を十分に確保することなど、申込者に感染症対策の徹底をお願いしています。

南区出前講座（福岡市ホームページ）
https://www.city.fukuoka.lg.jp/minamiku/k-shinko/shisei/minami_demae.html

【問い合わせ先】

企画振興課 電話番号：092-559-5017 FAX番号：092-562-3824

—□—■—□—■—□—■—□—■—□—■—□—■—□—■—□—■—□—■—□—

◆発行元◆

福岡市南区保健福祉センター（南保健所）衛生課

電話番号：092-559-5162

E-mail：eisei.MWO@city.fukuoka.lg.jp

◆ため蔵食ゼミホームページ◆

https://www.city.fukuoka.lg.jp/minamiku/eisei/life/tamezousyokuzemi_top.html

◆メールマガジン登録・変更・解除◆

<https://www.city.fukuoka.lg.jp/mailmag.html>（「福岡市メールマガジン」内で行います）

—□—■—□—■—□—■—□—■—□—■—□—■—□—■—□—■—□—■—□—