

【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. 保健福祉センター（南保健所）からのお知らせ
4. 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

夏の暑さも和らぎ、過ごしやすい季節になってきました。季節の変わり目には、気温の変化によって体調を崩しやすく免疫力が低下することもあるので、食中毒には十分気を付けておすごしください。

【2】ため蔵まめ知識～ためになる食のハナシ～

■カンピロバクター食中毒にご注意ください！

最近、福岡市内ではカンピロバクターが原因の食中毒事件が連続して発生しており、南保健所にもこの半月で4件の相談がありました。

カンピロバクターはニワトリなどの腸管内にいる細菌で、少量の菌数でも食中毒を起こします。鶏肉には鮮度に関係なくカンピロバクターが付着しているため、鶏肉を調理する場合は、中心が白くなるまで十分加熱する必要があります。

また、鶏肉を調理した包丁やまな板は、洗剤で洗うのに加えて熱湯で殺菌することも、カンピロバクター食中毒を予防する重要なポイントです。

お肉はよく焼いて食べよう（厚生労働省ホームページ）

<https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000049964.html>

■アンケート結果発表「あなたが食品を購入する時に気にすることは何ですか？」
先月の第7号で募集したアンケート結果の発表です。

- 1位「見た目、鮮度」、 「賞味期限、消費期限」27票
- 3位「内容」16票
- 4位「産地」15票
- 5位「価格」13票

ご回答いただいた皆様、ありがとうございました。今回はアンケートで多くの方が気にしていた項目についてまめ知識をご紹介します。

・「原材料名」は多い順

表示の「原材料名」の欄には、その製品に使用された食品を重いものから順番に記載するようになっています。ソーセージを例にすると、「鶏肉、豚肉、豚脂肪、…」と書かれていれば、一番多く入っているのは鶏肉で、続いて豚肉、豚脂肪の順で多く入っていることがわかります。原材料の順番を味や価格と一緒に比較してみると、あなたの好みが変わるかもしれませんね。

「食品表示」を活用しよう（福岡市ホームページ）

<https://www.city.fukuoka.lg.jp/minamiku/eisei/life/hyouji.html>

・「消費期限」と「賞味期限」

食品の期限表示は、一部の例外を除いて、「消費期限」または「賞味期限」で表示さ

れています。「消費期限」とは、記載された方法で保存した場合に、腐敗や品質の劣化により安全でなくなる期限を示す年月日のことであり、例えば弁当、調理パン、そうざい、生菓子類、食肉、生めん類など品質が劣化しやすい食品に表示されています。

一方「賞味期限」とは、記載された方法で保存した場合に、全ての品質が十分に保たれる期限を示す年月日のことであり、「賞味期限」を過ぎた食品であっても、すぐに食べられなくなるわけではありません。例えば、スナック菓子、即席めん類、缶詰、牛乳、乳製品など品質の劣化が比較的穏やかな食品に表示されています。また、製造日から賞味期限までの期間が3か月を超えるような長期間保存可能な食品については、「年月」で表示することが認められています。

なお、これらの期限は、開封する前の状態で保存した場合の期限を示すものです。開封後の保存方法や期限を別に記載している製品もありますので、よく確認してみてください。

賞味期限と消費期限の違い-キッズページ- (神奈川県ホームページ)
<http://www.pref.kanagawa.jp/docs/e8z/cnt/f6576/p1085364.html>

【3】保健福祉センター（南保健所）からのお知らせ

■子どものインフルエンザ任意予防接種費用を助成します

新型コロナウイルスとの同時流行を防ぐため、今年度に限り、子どものインフルエンザ予防接種の費用を助成します。

1. 実施期間

令和2年10月1日（木） から 令和3年1月31日（日） までに1人1回（事前に実施医療機関へ予約が必要です）

2. 対象者

福岡市内に住民票（外国人登録を含む）があり、生後6か月（接種日時点）から高校3年生相当の子ども

3. 個人負担金

1,000円（医療機関の窓口での支払、助成を受けられるのは1人1回）

4. 実施医療機関

福岡市が指定した医療機関（福岡市外の医療機関は対象外、払い戻しはありません）。事前に電話で予約をしてください。

5. 接種を受ける前に、新型コロナウイルス接触確認アプリ（COCOA）のインストールをお願いします。（スマートフォンをお持ちでない方や、スマートフォンのソフトウェアが古くてインストールができないなどの事情がある方も助成は受けることができます。）

6. 実施医療機関へ持参する物

住所・氏名・年齢が確認できるもの、母子健康手帳、保護者以外が同伴する場合は保護者から同伴者への委任状、13歳以上で保護者が同伴しない場合（既婚者は除く）は予診票の同意欄に保護者の署名を記入したもの

詳しくはホームページをご覧ください（福岡市ホームページ）
<https://www.city.fukuoka.lg.jp/hofuku/hokenyobo/health/vaccine/kodomoinfluenza.html>

【問い合わせ先】

健康課 電話番号：092-559-5116 FAX番号：092-541-9914

■食育情報レポートについて

南区保健福祉センターでは、市民一人ひとりが食に関する正しい知識や望ましい食習慣を身につけ、食を大切にする心を養い、健全な食生活を確立・実践できるよう、「食育情報レポート」を発信し、食育に関する情報を紹介しています。

9月14日に食育情報レポートVol.14をホームページに掲載しました。（福岡市ホームページ）

<https://www.city.fukuoka.lg.jp/minamiku/kenko/hokensyo/repo-to.html>

【問い合わせ先】
健康課 電話番号：092-559-5116 FAX番号：092-541-9914

【4】南区役所からのお知らせ

- withコロナ 引き続き感染症対策を
これから行楽シーズンに入りますが、気を緩めることなく新たな日常生活を実践していきましょう。
- 1 基本的な感染症対策
 - ・「密集」「密接」「密閉」の3密を回避しましょう。
 - ・家に帰ったら手や顔を洗いましょう。外出時も消毒液を利用しましょう。
 - ・人との距離を2メートル以上取りましょう。
 - ・外出や会話時はマスクを着用しましょう。熱中症予防のため、人との距離が2メートル以上確保できる場合などは適宜、マスクを外しても構いません。
 - 2 新しい日常生活のスタイル
以下の点にも気を付けましょう。
 - ・毎朝体温を測定し体調をチェックする
 - ・食事の際は横並びで座る
 - ・外出の際は混んでいる時間帯を避ける
 - ・公共交通機関では会話を控えめに
 - ・通販や電子決済も利用
 - ・テイクアウトやデリバリーも利用
 - 3 体調が悪くなった時は
発熱・咳など、風邪の症状がある場合は自宅で療養しましょう。病院に行く前に必ず、電話などでかかりつけ医や新型コロナウイルス感染症相談ダイヤル（電話092-711-4126、FAX092-406-5075）に相談してください。

新たな日常生活実践例（福岡市ホームページ）
https://www.city.fukuoka.lg.jp/shicho/koho/health/covid19_ci.html#0514n

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

◆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）

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