

食中毒の主な原因である細菌は、気候が暖かく、湿気が多くなる梅雨から夏にかけて増殖が活発になります。特に肉に付着しやすい「腸管出血性大腸菌(O-157など)」や「カンピロバクター」、卵にも付着する「サルモネラ」による食中毒の発生が増加します。

# 健康いきいき ～食中毒対策～

## 予防3原則

### つけない

#### 洗う、分ける

食中毒の原因菌やウイルスを食べ物につけないよう、こまめに手を洗いましょう。包丁やまな板など、肉や魚などを扱った調理器具は使用すごに洗剤で洗い、できるだけ殺菌するようにします。

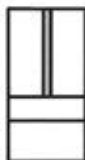
また、肉や魚の汁が他の食品に付着しないよう、保存や調理時に注意が必要です。



### 増やさない

#### 低温で保存

細菌の多くは10℃以下で増殖のペースがゆっくりとなり、マイナス15℃以下で増殖が停止します。肉や魚、野菜などの生鮮食品は購入後、すみやかに冷蔵庫に入れてください。また、庫内の温度上昇を防ぐため、冷蔵庫のドアを頻繁に開けることや食品の詰め込み過ぎはやめましょう。



### やっつける

#### 加熱、殺菌処理

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅するので、しっかり加熱して食べましょう。また、肉や魚、卵などを扱った調理器具は洗って熱湯をかけるか台所用殺菌剤を使って殺菌しましょう。

⚠️ テイクアウトやデリバリーは、調理してから食べるまでの時間が長くなるため食中毒のリスクが高くなります。購入したら速やかに食べることを心がけましょう!



[引用元: 全国健康保険協会 協会けんぽ <https://www.kyoukaikenpo.or.jp/g5/cat510/h26/260601/>]



6月18日に、アイズアライアンス安全大会が山形ビッグウイングで開催されました。当大会では、災害発生状況の報告・安全表彰に加えて、共栄会・スーベリアパイザー・技監・安全パトロール課の取り組みについて活動報告がありました。労働災害を引き起こさないためにも、一人ひとりが安全に対して高い意識をもった行動をとりましょう。

## アイズアライアンス安全大会

### アイズアライアンス 6つの重点実施項目

- 1 熱中症対策の実施
- 2 脚立はしこの作業手順の周知徹底
- 3 朝礼時の注意喚起と声掛けの実施
- 4 より活発なRKY、健康KYの実施  
(高齢者の体調管理の実施)
- 5 新型コロナウイルス感染症防止対策の実施
- 6 バッジ着用で意識向上