

# 健康サポート薬局 情報発信の取組み スマート ライフロング プログラム 健康サポート薬局 活動報告

申請日: 2023 年 6 月 14 日

申請企業名	ライフエンタープライズ株式会社
開催店舗名	ハーブランド薬局
店舗住所	柏市柏1-1-7
催事名	食中毒対策相談会
開催日	2023 年 6 月 14 日
催事内容	<p>1、目的 食中毒についての情報提供</p> <p>2、内容 食中毒の改善や予防対策</p> <p>3、集客方法 店頭での声掛け、リーフレット配布、POPの掲示</p> <p>4、開催の様子 6月14日に食中毒対策相談会を実施しました。 リーフレットには食中毒の予防対策について記載しました。 食中毒は夏場(6~8月)に多く発生しています。 細菌の多くは湿気を好むため、気温や湿度が高くなる梅雨時には細菌による食中毒が増えます。</p> <p>細菌食中毒予防として、①つけない(洗浄・手洗い)、②増やさない(乾燥・低温管理)、③やっつける(殺菌・加熱)が原則となります。 調理の際に手や調理器具を十分洗浄や消毒をして、徹底して清潔な環境を保ち、食材は冷蔵や冷凍システムを利用し食品はできる限り早く食べることが重要です。 また、調理の際は食材の加熱や冷却によって食中毒菌を死滅させることも予防法の一つです。</p> <p>嘔吐や下痢症状は、原因物質を排除しようという体の防衛反応なので、食中毒が疑われたら、医師の診断を受けずに市販薬をむやみに服用はせず、早めに受診するようにしてください。</p> <p>患者様からはあまり気にしていなかったけど今の時期から多くなるということなので食品の取り扱いには注意しますという声が聞かれました。今回のようなイベントを通して食中毒対策の大切さを周知していきたいです。</p> <p>5、参加者人数 16人</p>

### 『梅雨の感染症対策』無料相談会

**日時: 6/14 (水) 9:00~17:00**

梅雨の時期は食べ物が傷みやすいですよ…  
**こんな時期は食中毒に注意が必要です!**

その他、夏風邪や水虫などにも。  
**皆様の悩みに、当薬局の薬剤師・栄養士が対応いたします!**  
無料ですのでお気軽にご相談ください!  
上記以外の日でも、相談は随時受け付けています!

ハーブランド薬局本店 TEL: 04-7163-2532

### 食中毒を予防しよう

細菌が原因となる食中毒は夏場(6月~8月)に多く発生しています。食中毒を引き起こす細菌の多くは、室温(約20℃)で活発に増殖し始め、人間や動物の体温ぐらいの温度で増殖のスピードが最も速くなります。細菌の多くは湿気を好むため、気温が高くなり始め、湿度も高くなる梅雨時には、細菌による食中毒が増えます。

**☆細菌食中毒予防の3原則**

①つけない(洗浄・手洗い)  
調理の際に手や調理器具を十分に洗浄・消毒することで、手や調理器具はもちろん、そこから食材に食中毒菌がうつってしまうことを防ぐための予防法です。  
皿をつけない=徹底して清潔な環境を保つということです。

②増やさない(乾燥・低温管理)  
万が一食中毒菌が潜んでいる場合でも、絶対にそれを増やさないための予防法です。一般的な食中毒菌が好むジメジメした生湿い環境を避けるため、食材は冷蔵や冷凍システムを利用して十分に低温な環境で管理することが大切です。  
そして調理済のものに関しても放置することで食中毒菌はどんどん増えてしまうので、調理後や購入後の食品はできる限り早く食べることも重要です。

③やっつける(殺菌・加熱)  
加熱や冷却によって食中毒菌を死滅させる予防法です。調理の際は食材の中心部まで十分に火が通るように加熱します。しっかりと加熱されているものでも、調理後すぐに食べないものは冷蔵庫等の低温環境で保管しましょう。それでも食中毒菌の中には「低温菌」と呼ばれる低温でも増殖する菌も存在するので、特に食中毒の多くを占める季節にはより細心の注意を払い、一定の時間が経って少しでも不安のあるものは思い切って処分することも大切です。

**☆食中毒かなと思ったら**  
おう吐や下痢の症状は、原因物質を排除しようという体の防衛反応です。医師の診断を受けずに、市販の下痢止めなどの薬をむやみに服用しないようにし、早めに受診しましょう。

活動写真