

## ～お肉の焼き加減はいかがですか？～

牛生レバ刺しが禁止になり、ちょうど1年が経とうとしています。  
平成23年には生食用の牛肉に対する規制が始まったことも記憶に新しいですね。  
生のお肉などにリスクがあることはお伝えしていますが、**加熱が不十分なお肉もリスク**があります。  
楽しい食事にするために、お肉のリスクを再確認しましょう。



### ●お肉にいる危険な細菌

お肉には食中毒の原因になる、以下の微生物がいることがあります。

☆ 腸管出血性大腸菌 サルモネラ キャンピロバクター など

これらの微生物は下痢、腹痛、発熱などの症状を引き起こすことがあります。

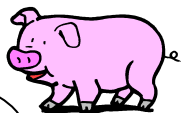


### ●十分な加熱でやっつけることができます！

食中毒の原因となる菌でも、お肉の**中心を75℃で1分間加熱**するとやっつけることができます。**あぶっただけや、軽く焼いた程度では不十分**です！

### ●ご家庭では…

75℃で1分間の加熱は、**お肉の中心の色が茶色になる程度**と参考にしてください。  
外側の見た目では判断が難しいので、気を付けてください。



○こんなお肉は、**よく**焼いてください！

結着肉を使ったサイコロステーキ、味付けしてあるお肉など。。。

(このようなお肉には『よく加熱して食べてください』などの表示があります)

肉の内部まで菌が浸透することがあるため、ふだん以上の加熱が必要です

○**ひき肉を使った料理**や**串焼きの肉と肉の間**も加熱不足・焼きむらに注意が必要です。



### ●加熱した後にもご注意を

十分に焼いたお肉でも、生のお肉を扱った道具を殺菌せずに使ってしまうと、生のお肉についていた食中毒菌がついてしまい、食中毒の原因になることがあります。

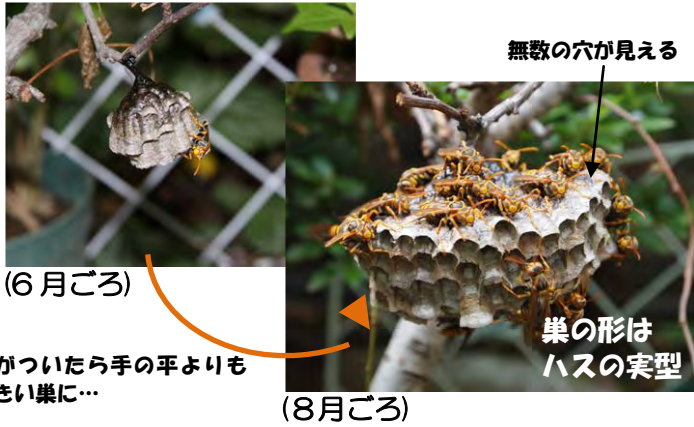
まな板や包丁は食材で使いわけ、よく洗ってから、沸騰したお湯や塩素などで適切に殺菌しましょう。

# ハチの巣は早期発見が重要です！！



★家のまわりに巣を作るハチにアシナガバチとスズメバチがいます★

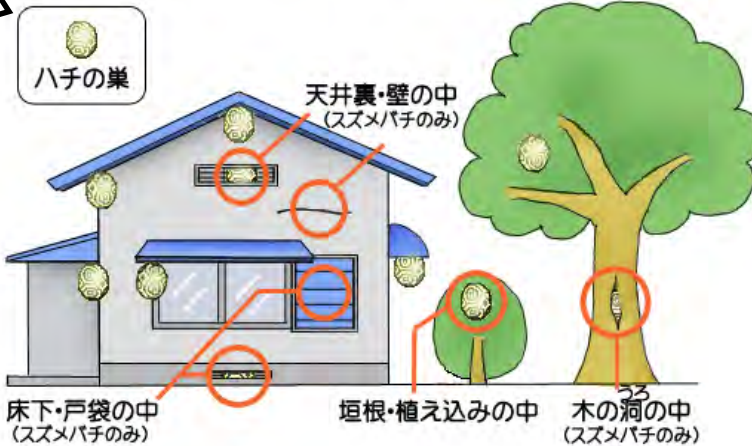
【アシナガバチの初期巣】



【スズメバチの初期巣】



ハチたちはいろいろな場所に巣を作ります



## ◆ハチってわるい虫？

実はハチは草木の害虫などを食べてくれる益虫です。人と接触が少ないところに巣ができた場合は、そっとしておいてあげるのも一つの方法です。

## ◆家の周りを見てみましょう！

巣が小さいうちに早期に見つければ、比較的安全に駆除ができ、駆除費用も安く済みます。また、アシナガバチはスズメバチに比べておとなしい性格なので、ご自分でも駆除ができます。

◆生活衛生課ではアシナガバチ駆除機材の貸出をしています。貸出希望の方、ハチについてご相談がある方は生活衛生課までお問い合わせください。

お問い合わせ先：生活衛生課 環境衛生係  
区役所2階14番窓口 510-1845



## 緊急風しん対策について ～早めの接種で予防を！！～

◆現在、首都圏を中心に風しんが流行しており、横浜市内でも、今年3月末時点で累計報告者数が159人と昨年1年間の報告者数113人を上回りました。報告者数は5月末までに432人となり、依然として流行は継続しています。

また、風しんの免疫を持たない女性が妊娠中(特に妊娠初期)に感染すると、胎児が、白内障、先天性心疾患、難聴を主な症状とする「先天性風しん症候群」になる可能性があります。

そこで、風しんの流行拡大と「先天性風しん症候群」の発生を防止するための緊急対策として、風しんワクチンの緊急接種事業を実施しています。

### ◆実施期間

**平成25年4月22日(月)から9月30日(月)**

### ◆対象者

19歳以上の横浜市民で、

- 1 妊娠を予定・希望している女性(妊娠中は接種できません。)
- 2 妊娠している女性の夫(婚姻関係は問いません。)

※1 麻しん風しん混合(MR)ワクチン又は風しん単独ワクチンの接種歴が2回ある方は対象となりません。

※2 協力医療機関窓口で、年齢の確認と、男性は母子健康手帳で父親であることを確認させていただきます。

### ◆対象ワクチン

**麻しん風しん混合(MR)ワクチン1回分**

(風しん単独ワクチンは対象外です。)

### ◆接種時の自己負担額

3,000円(税込)を直接協力医療機関に支払っていただきます。

### 【お問い合わせ先】

横浜市ワクチン相談窓口 671-4183(平日9:00~17:00)

健康福祉局健康安全課 671-4190(平日8:45~17:15)

