



## 食中毒に気をつけよう！

食中毒菌は、私たちの身の回りのあらゆるところに潜んでいます。ときには命に関わることもあり、何よりも予防が大切です。

### 食中毒菌の性質

食中毒菌やウイルスは、水分と栄養分が豊富で暖かいと、猛スピードで増殖します。逆に、低温だと増え方は遅くなり、ほとんど菌やウイルスは冷凍しても死にませんが、加熱には弱い性質があります。食中毒を予防するためには、これらの性質をよく知っておくことが大切です。



① 暖かく、水分と栄養分のあ  
る環境だと  
活発に増殖  
する。

② 冷蔵庫の中  
など低温だ  
と増殖スピ  
ードは遅く  
なる。

③ 冷凍では死なない。

④ ほとんどの  
菌・ウイル  
スは、加熱  
に弱い。

⑤ 増殖するときに毒を出すも  
のがあり、その毒は加熱し  
ても消えな  
い。

⑥ 食品が菌に  
汚染されて  
も味やにお  
いに変化は  
ない。

### 食中毒を予防する3つの原則

食中毒は、食品や手指に食  
中毒を起こす菌やウイルスが  
いないか、いても食中毒を起  
こす量まで増えていなければ  
発生しません。



食中毒を予防するためには、  
特に次の3つの基本的な衛生  
習慣を守りましょう。

① 食中毒菌をつけない  
・食品や手、調理器具はしつ  
かり洗う。

・食品は包んで保存する。

② 食中毒菌を増やさない  
・室温に放置せず冷蔵庫に保  
存する。冷蔵庫の容量は、  
全体の7割までにする。

・作った料理は早めに食べる。

③ 食中毒菌を消滅させる  
・食品内部まで十分に加熱す  
る。

・調理器具を定期  
的に消毒する。



### 食中毒の主な症状

食中毒のおもな症状は次の  
とおりです。「もしかして食  
中毒かもしれない・・・」と  
思ったら、すみやかに医師の  
診察を受けましょう。

〈主な症状〉

吐き気・腹痛・血便・発熱・  
おう吐・下痢・頭痛・神経  
症状（言語障害・視力低下・  
呼吸困難等）

### 「高齢者に学ぶ活動」

「今年、竹で弓を作って遊  
びたい」という児童の声。「先  
生と呼ばれるのは照れくさい  
な」という高齢者の方の声。  
平成8年から続く本校の伝統  
行事「高齢者に学ぶ活動」で  
例年聞かれる声です。



に、児童が希望した活動への  
支援が可能かどうか調整しま  
した。最後にグループごとに  
細部の計画を立て、それをも  
とに最終調整を行いました。

今年度の活動は、グラウン  
ドゴルフ・ペタンク、竹細工  
（弓・水鉄砲・竹とんぼ）、料  
理（まんじゅう・焼きおにぎり）、  
バードウォッチングの4  
つの活動になりました。

中津原会長の「高齢者の方  
たちも楽しみに待っていま  
した」というあいさつの  
後、それぞれの場所で高齢  
者の方を先生に活動を始め  
ました。

グラウンドゴルフでホー  
ルインワンがあり歓声が起  
こったり、おまんじゅう作  
りでは思うように丸くなら  
ず苦労したりと、いろいろ  
なことがありました。でも、  
松寿会の方にわかりやすく  
教えていただき、無事終了  
することができました。昼食は  
高齢者の方と一緒に、活動の  
様子や給食のメニューなどを  
話題に楽しい会食をしまし  
た。

午後は児童だけで発表会に  
向け、グループごとに教えて  
もらって驚いたことなどをま  
とめました。

### 武茂小学校から

12年間、富山地区と松野地  
区の高齢者の方に隔年で協力  
していただいております。今年、  
松野地区の「松寿会」に依頼  
しました。

事前活動で一人ひとりの児  
童がどのようなことを教えて  
もらいたい希望を出し、グ  
ループを編成しました。次

# 広報文芸

## 俳句

梅雨晴の土へ砲丸食ひ込めり  
 干し物の皆乾きけり麦の秋  
 初夏の海しぶき真白くフェリー行く  
 清め塩ふりて入山聖五月  
 少年の目の輝きや白牡丹  
 生え初めし嬰の齒眩しき五月かな

松野 大高 松竹  
 松野 大門 正一  
 松野 横山 義夫  
 下西の原 金井 和子  
 小川 松山 華  
 谷田 荒井 大作

## 短歌

六月の鮎解禁を前にして釣人は竿の手入れしてをり  
 病院の医師の白衣を思はせて白き芍薬今日ひらき初む  
 梅雨日ざし鈍く光れる川の面に燕・釣糸翻るなり  
 杓か来たり人形作家を訪ふ部屋に数のやさしき眸にみつめられ  
 乳飲み子のあくびも笑みと見ゆるかな抱ける人の美しくして  
 プリンセス・ミチコとふ薔薇かつてあり今の気品に重ねて偲ぶ

小口 影澤 よし  
 盛泉 佐藤 茂  
 久那瀬 西宮 定子  
 小川 郡司 喜恵  
 小川 平澤 照雄  
 小川 佐藤 和夫

## 川柳

不揃いの子らを一つにさせる無理  
 喧嘩した友が恋しい雨つぶり  
 痛み去りお医者白衣の王子様  
 頼られるうちが華よと空財布  
 病院の待合室に出る欠伸

薬利 大嶮 克明  
 谷田 岡崎 甫子  
 大山田下郷 佐藤 有紀  
 北向田 小林やすこ  
 小砂 笹沼 季子



# 新着図書

那珂川町 図書館

## 『本当に生きた日』



城山三郎／著（新潮社）  
 一男一女の母であり貞淑な妻である素子に突然訪れた転機・・・それは女性実業家として名を馳せつつある高校時代の同級生、ルミからもたらされた「経済的自立」の誘いだった。本書は、三月に逝去された著者の「琉球新報等地方紙」に掲載された未刊行作品です。

## 『秘花』

瀬戸内寂聴／著（新潮社）  
 「風姿花伝」「花鏡」などの芸論や数々の能作品を著した能の大成者・世阿弥。彼が佐渡へ流されたのは、七十二歳の時だった。それから八十歳過ぎまでの歳月の中、どのように逆境を受け止め、老いと向き合い、そして死を迎えたのか。世阿弥の波乱の生涯を描いた大作です。



## 『漂流物』



デイヴィッド・ウィースナー作（B1出版）  
 「漂流物」海上や水上に浮かんで流れのままにただうもの。やがて、それはどこかの浜辺にうちあげられることだろう。繊細さ、健やかさ、可笑しみ、海岸、大気、色、日ざし、物語、そして、時間。ここにはそのすべてがあります。二〇〇七年コールドコットン賞受賞作品。美しい絵本をお楽しみください。

- ◇ 『いつでも、オーガニックコットンと』 渡部サト／著（河出書房新社）
- ◇ 『塩野七生ローマ人の物語』 新潮社出版企画部／編（新潮社）
- ◇ 『暗殺の牌状』 澤田ふじ子／著（徳間書店）
- ◇ 『天才の育て方』 五嶋節／著（講談社）
- ◇ 『ゲノムサイエンス』 榊佳之／著（講談社）
- ◇ 『温暖化の世界地図』 カーストン・ダウ／著（丸善株式会社）
- ◇ 『みつやくんのマークX』 渡辺茂男／作エム・ナマエ／画（新栄堂書店）
- ◇ 『くらべてわかる食品図鑑』 家庭科教育連盟／編著（大月書店）
- ◇ 『海と親しもう』 伊藤勝敏／著（岩波書店）