

これからの時期は**食中毒**に注意！ 家庭での食中毒予防のポイント

暖かくなると、お弁当を持って外出する機会が増えますが、これからの時期は細菌による食中毒が起きやすくなるので注意が必要です。家庭でもできる「食中毒予防3原則」をもとにお弁当作りの際に注意する点をご紹介します ㊦ 保健所生活衛生課食の安全係 ☎3647-5812、FAX3615-7171

家庭での食中毒予防のポイント

①つけない

- 調理の前、生の肉や魚を取り扱う前後、トイレの後には、手を石けんでよく洗いましょう。
- 生の肉や魚に使用したまな板や包丁、トンブ等は使用後によく洗いましょう。洗った後に熱湯をかけて殺菌するのも効果的です。そして、調理器具はできるだけ使い分けしましょう。
- 食品は密封容器に入れたり、ラップをかけたりして保管しましょう。



②増やさない

- 購入した食品の表示をよく見て、保存方法にあわせて保存しましょう。
- 冷蔵庫に入れる食品の量は庫内の7割までを目安にし、詰めすぎないようにしましょう。

③やっつける

- 生の肉や魚等は、中心部まで十分に加熱し、調理後はできるだけ早く食べましょう。



弁当を作るときの注意点

①お弁当に適したメニューを考える

おかずは中心部までよく加熱して作りましょう。また、作ったおかずを翌日に弁当箱へ詰める前にも加熱をしましょう。生野菜を詰めることは、できるだけ避けましょう。

②すばやく冷ます

おかずやごはんは冷蔵庫や保冷剤等を活用して速やかに冷ましましょう。そして、しっかり冷ましてから蓋をしましょう。

③保管する

暖かい場所に置いておくと細菌が増えてしまいます。弁当は保冷剤を使用して涼しい場所に保管し、なるべく早く食べましょう。

食中毒かな？と思ったら

下痢やおう吐等の症状があるときは、早めに病院を受診しましょう。特に抵抗力の弱い高齢者やお子さんは、重症になりやすいので注意してください。

江東区少年キャンプ 楽しい思い出を作ろう！

ハイキングやキャンプファイヤーなど楽しいイベント満載です。新しい仲間を作って楽しみましょう。キャンプの経験がなく ▲かまどでカレー作りでも親切なスタッフがサポートしますので、ぜひご参加ください ㊦ 下表のとおり ㊦ 区内在住・在学の小学4年生～6年生(申込順) ㊦ 地区ごとに異なります。参加を希望する各地区の連絡責任者にお問い合わせください ㊦ 電話で各地区の連絡責任者 ㊦ 青少年課地域連携係 ☎3647-9629、FAX 3647-8474



地区	町名	日程	受付期間	会場(予定)	連絡責任者	連絡先
西部地区	森下・新大橋・常盤・高橋・白河・平野・三好・清澄	7/29(金)～31(日)	6/15(水)～24(金)	大房岬自然の家(千葉県)	阿部光城	090-1614-7268
南部地区	永代・越中島・佐賀・門前仲町・冬木・富岡・牡丹・木場・古石場・福住・深川	7/30(土)～8/1(月)	6/15(水)～25(土)	国立中央青少年交流の家(静岡県)	篠原昌英	3641-2379
亀戸地区	亀戸	7/31(日)	6/22(水)～7/1(金)	若洲公園キャンプ場(江東区)	齊藤庸一	3637-3282
江南地区	塩浜・枝川・辰巳・豊洲・東雲・有明・潮見・青海	8/1(月)～3(水)	6/15(水)～28(火)	若洲公園キャンプ場(江東区)	櫻井信二郎	090-9843-0735
東陽地区	東陽	8/3(水)～5(金)	6/25(土)～7/2(土)	若洲公園キャンプ場(江東区)	早坂治子	3647-4762
砂南地区	南砂・東砂6～8・新砂・新木場	8/5(金)～7(日)	6/15(水)～7/22(金)	若洲公園キャンプ場(江東区)	佐藤昌信	070-5570-5534
砂北地区	北砂・東砂1～5	8/11(木・祝)～13(土)	6/15(水)～30(木)	国立中央青少年交流の家(静岡県)	京谷純一	090-7730-2373
大島地区	大島	8/11(木・祝)～13(土)	6/15(水)～7/9(土)	中津川村キャンプ場(埼玉県)	宮崎健司	090-9376-5896
北部地区	石島・千田・千石・毛利・住吉・猿江・扇橋・海辺	8/20(土)～21(日)	6/20(月)～27(月)	茨城県立さしま少年自然の家(茨城県)	本多和弘	090-5815-9802

ごみ減量のアイデアを募集！ 抽選で30人の方にエコグッズをプレゼント



▲あなたのアイデアが地球を救う！

現在、プラスチックごみによる環境への影響や大量に排出されている「食品ロス」は大きな社会問題となっており、削減に向けてより一層の取り組みが必要となっています。そこで、日ごろから皆さんが実践しているごみ減量のアイデアを募集します。プラスチック製品をなるべく使わない・捨てない生活の知恵や、食品ロスを削減するための上手な食品管理方法など、ごみ減量に役立つアイデアをお待ちしています。応募いただいたアイデアは、区ホームページ等で紹介します。また、アイデアを送っていただいた方の中から、抽選で30人にエコグッズを贈呈します ㊦ 9/15(木)消印有効 ㊦ 応募用紙またははがきに①氏名②住所③アイデア④アイデアのねらいを記入し、〒135-8383区役所清掃リサイクル課に郵送、ファクスまたは窓口で※区ホームページからも申込可



◀ごみ減量アイデア
区ホームページ

「ごみダイエット家計簿」をつけてみよう！

ごみを減らすにはまず、普段どれだけの量のごみを出しているかを把握することが大切です。そこで、区ではごみの量の記録ができる「ごみダイエット家計簿」を配布しています。記録をつけることにより、ごみの量が数値化され、ごみ減量を図ることにつながります。2か月間記録をつけていただいた方には、エコグッズを贈呈しますので、ぜひご活用ください。

【ごみ減量アイデア、ごみダイエット家計簿資料配布場所】

清掃リサイクル課(区役所隣防災センター6階6番)、こうとう情報ステーション(区役所2階)、清掃事務所・えこっくる江東(潮見1-29-7)、消費者センター(扇橋3-22-2)、豊洲特別出張所、各出張所、各図書館※区ホームページからも入手可 ㊦ 清掃リサイクル課 ☎3647-9181、FAX 5617-5737



◀ごみダイエット
家計簿
区ホームページ

深川江戸資料館再オープン記念

ふかえどカレッジ特別版

8/1(月)

山本一力「私が愛する深川」



▲2002年に「あかね空」で直木賞を受賞

9か月間の改修工事期間を終え、深川江戸資料館が8/1(月)に再オープンします。再オープンを記念して、深川を舞台にした時代小説を数多く執筆する作家・山本一力さんをお招きし、江戸文化の歴史が残る江東区や深川の魅力をたっぷりとお話いただきます。

㊦ 8/1(月)14:00～15:30 ㊦ 深川江戸資料館小劇場

㊦ 200人(抽選。結果は返信はがきで通知)

㊦ 400円(展示室観覧料) ㊦ 山本一力(作家)

㊦ 6/30(木)必着※応募は1通のみ有効

㊦ 往復はがきに①氏名・ふりがな②郵便番号・住所③電話番号④希望人数(2人まで・未就学児不可)を記入し、〒135-0021白河1-3-28深川江戸資料館「山本一力講演会」係へ※座席指定不可 ☎3630-8625、FAX3820-4379

こうとう区報は発行日から3日かけて郵便ポストへお届けしています

ご家庭・事業所等で配布が必要ない場合や、配布部数の変更を希望される場合は、全戸配布コールセンター(平日および配布日の9:00～19:00) ☎6868-4059へ

読み終わった区報は古紙回収へ

凡例 時日時 場所 集合 対象・定員 費用 内容 講師 保一時保育 縮縮切日 申申込 問問合先 HPホームページ Eメール