



県央かわら版

第115号

令和4年7月20日発行

発行所

一般社団法人県央研究所

各地で 食中毒警報発令！

【旭川市などに食中毒警報 北海道】

気温が上がり、食中毒が起きやすくなっているとして、旭川市保健所と上川保健所は、最高気温が28度以上の日が続くことが予想されるとして「食中毒警報」を発令しました。食品の取り扱いに十分注意してください。

同保健所は、調理や食事の前は手洗いを徹底すること、食品を室温で放置せずできるだけ早く調理して食べること、食品は5度以下の低温で保管することなどを求めています。

また、調理する際の注意点として魚介類は水でよく洗うこと、食品はなるべく加熱するなど、十分注意するよう、呼びかけています。

参考・引用：NHK北海道ニュース

【千葉県が食中毒警報 最速の発令】

千葉県は、県内の最高気温が30度を超える真夏日が3日連続で続いたことから、食中毒警報を発令しました。記録が残る1995年以降で最も早い発令です。県衛生指導課によると、

「細菌を付けない、増やさない、やつつける」の3原則に基づき、食事前の手洗いや調理器具の消毒を行うこと。特に、食品を常温で長時間放置せず、冷蔵庫で保存することが重要としています。

参考・引用：千葉日報

PICK UP NEWS

【ニチレイ】規格外ごはんで ウエットティッシュ製品化

ニチレイフーズは、規格外ごはんを活用した「焼おにぎり」除菌ウエットティッシュを製品化しました。

6月に開催された「ニチレイレディス」で約1万個を配布。今後は順次販売も検討するとのこと。

同商品は、ファーマンステーション（東京都墨田区）と共同開発。

ロングセラー「焼おにぎり 10個入り」の製造工程で出る規格外ごはん由来のエタノールを使用し、除菌ウエットティッシュへ生まれ変わらせることに成功したということです。

参考・引用：食品新聞



ヤクルト風味のアイス 「アイス de ヤクルト」発売

ヤクルトは、昨年東急ストアで販売した、「アイス de ヤクルト」をオンラインで発売を開始しました。

なめらかかつ濃厚ながら、後味はすっきりとしており、甘酸っぱいヤクルトの味わいと生クリームのコクが調和したリッチなおいしさが体験できます。また同社独自の「乳酸菌 シロタ株」と、ガラクトオリゴ糖が配合されています。

1箱12個入りで価格は4500円（税・送料込）沖縄離島地域は5000円）

参考・引用：J-CASTトレンド



気温が上昇する夏は食中毒に注意！

食中毒は、1年を通して発生しますが、特に気温が高い夏は食中毒が発生しやすいため注意が必要です。

また今年は新型コロナの規制が緩和されつつあるため、バーベキューや外食など飲食イベントが増えることが見込まれます。

下記の点に注意しながら、イベントや普段の食事を楽しみましょう！！



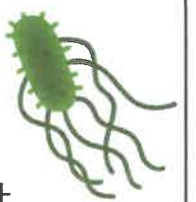
カンピロバクター

- 家畜(鶏・牛・豚)あらゆる動物に分布。
- 少量の菌で食中毒になる。
- 肉料理(特に鶏肉)
- 発症まで2～5日と長い
- 下痢・腹痛・発熱・嘔吐



サルモネラ

- 動物や自然界に広く存在
- 低温・乾燥に強い
- 卵、鶏肉料理
- 発症まで6～72時間
- 腹痛・激しい下痢・発熱・嘔吐



① つけない

手や調理器具をしっかりと洗う。また焼肉などは、生肉用の箸とそれ以外で箸を分ける。



食中毒予防の三原則

② 増やさない

細菌の多くは10℃以下で増殖が減速します。食品はすぐに冷蔵庫にいれましょう。



③ やつつける

ほとんどの細菌は加熱によって死滅するため食品は十分に加熱しましょう。



参考・引用：富山県HP、協会けんぽ

熱中症に注意した無理のない節電の取り組み

家庭では	エアコン	無理のない範囲で室内温度を上げる 日中はすだれなどで窓からの日差しを和らげる フィルターの清掃
	照明	不要な照明を消す リビングや寝室の照明の明るさを下げる
	テレビやパソコンなど	リモコンの電源ではなく、本体の主電源を切る 長時間使わない機器はコンセントからプラグを抜く テレビは省エネモードに設定し、見ていない時は消す
	冷蔵庫	冷やしすぎ、食品の詰め込みすぎを避け、扉を開ける時間を減らす
オフィスでは	エアコン	無理のない範囲で室内温度を上げる 使用していない会議室などは空調を停止する
	照明	可能な範囲で執務室などの照明を間引きする 使用していない休憩室などは消灯する
	パソコンやコピー機	長時間離れる時は電源を切るか、スタンバイモードにする

(資源エネルギー庁のリーフレットから)

参考・引用：産経新聞

熱中症を防ぎながら 家庭や会社でできる節電

全国各地で記録的な猛暑が続いています。

東京電力管内では、冷房の利用が増えることで、電力需給が逼迫する可能性が強まっています。管内に午後3時から6時の節電を呼びかける事態となっています。

また電力需要に対する供給準備率が5%を下回ることで予想される場合に発令される「電力需給逼迫注意報」が出され、無理のない範囲での節電が求められる一方、熱中症リスクもあるため、バランスが大切です。

資源エネルギー庁では、家庭向け節電リーフレット公開。熱中症を防ぐために、エアコンの使用をためらうのではなく、冷やし過ぎに注意しながら、無理のない範囲で室内温度を上げるようにすすめています。

他にも表のような節電方法を掲載しています。個々では、小さな取り組みでも「ちりも積もれば」というもの。熱中症への警戒は怠らず、節電に努めて夏を乗り切りたいものです。

皆様からの情報・意見をお待ちしています。

県央かわら版では、食品環境部を中心に情報発信しております。取り上げていたくないものや、包み言葉等がありましたら、お気軽にご連絡ください。

一般社団法人県央研究所 県央かわら版事務局

TEL 0256-83110
FAX 0256-83110
Eメール info@kenoh-lab.org



見附市にある みつけ健幸の湯 ほっとぴあ 様 をお訪ねしました



2016年8月に子供からお年寄りまで楽しめる入浴施設としてオープンしました。

9種類のお風呂や3室の岩盤浴、サウナ、食堂、休憩室等がありゆったりとくつろぐことができます。朝は常連のお客様や年配の方が多く訪れ、夜は20～30代の若いお客様も多く訪れるそうです。多いときには1日1000人のお客様が訪れ、大変賑わうそうです。大浴場やサウナだけでなく、カラオケを楽しんだりすることもできます。今回取材協力頂いた料理長様は、ほっとぴあ内の食堂も魅力の一つとして、旬の食材を使用した料理やほっとぴあで開催されるイベントを通して見附市を活性化していきたいとお話されていました。

一押し！ 6周年祭

2016年にオープンしたほっとぴあ様では8月24日～28日までの5日間、6周年祭が盛大に行われます！目玉はお得な回数券の特売です。購入した冊数に応じてガラポン抽選会に参加できます。また、健幸食堂味つけでは、生ビール510円(税込)が390円(税込)で飲むことが出来ます。健汗房(サウナ)では大好評の灼熱ロウリュウが復活し、大浴場ではイベント入浴が行われ、どんなお風呂になるかは楽しみです！6周年祭では、館内中でイベントが行われる予定です。

健汗房 (サウナ)

健汗房ではデトックスに効果大のサウナが楽しめます。独自開発した、お客様に声や手拍子で参加して頂く「灼熱ロウリュウ」が大好評です。大量のアロマ水を石にかけ瞬時に蒸発させることで、強力な熱波を発生させサウナ内の温度が66℃～70℃まで上がり体感温度は100℃にもなります。ロウリュウは1日4回(金・土・祝前日は5回)開催されます。爽快な発汗とアロマによるリラックス効果を楽しめます。アロマは日替わりで、カモミールやラベンダー、スイカ、ゆず等が揃っています。コロナ禍の現在は、新しい生活様式に対応した声を出さない拍手のみで参加する「虎熱波ロウリュウ」が始動しました。



健幸食堂 味つけ

健幸食堂味つけには、ビールやおつまみ、四季によって変化する季節メニューや、イベントメニューがあります。季節メニューでは、現在夏限定のキス天丼や豚ニラスタミナ定食等を食べることができ、秋には舞茸と旬の食材が楽しめます。イベントメニューは、平日限定でミニ丼フェアを8月末まで開催中です。通常メニューには、お肉や魚の定食、丼もの、かき氷と子供からお年寄りまで美味しく食べられるメニューが揃っています。入浴をしなくても食堂のみの利用もでき、畳の部屋もありますので是非ゆっくりと過ごしてみたいはいかがでしょうか？



三汗房 (岩盤浴)

石のベッドに横になって楽しむ岩盤浴です。「熱の間」、「静の間」、「温の間」と3種類の部屋があり平均温度が50℃に保たれています。「温の間」の温度が一番低く、「静の間」、「熱の間」の順に温度が高くなります。石の種類も部屋ごとに違い、熱の間は岩塩、静の間は薬宝玉石、温の間はトルマリンが用いられています。石ごとに効果や熱伝導に違いがあるそうです。



大浴場

屋内は冷水風呂、あつ湯、ぬる湯、電気風呂、ジェットバス、リラックスバスがあり、屋外の露天風呂は炭酸風呂、壺湯、寝ころび湯と全9種類のバラエティに富んだお風呂が揃っています。季節ごとに、かわり湯としてハイボールの湯やカーネーションの湯、ラムネ湯とイベント入浴も行っています。



みつけ健幸の湯 ほっとぴあ

〒954-0053

見附市本町1丁目4番23号

TEL: 0258-86-1126

営業時間: 朝8時～夜11時

(最終入場 夜10時30分)

年中無休

HP: <http://www.hotpia.jp>

健幸食堂 味つけ

営業時間: 朝11時～夜10時

(ラストオーダー 夜10時)

サウナの歴史

サウナは2000年以上前にフィンランド発祥とされています。食料を貯蔵・スモークするための部屋が、いつのまにか沐浴する場所へと変わっていきました。日本では1964年東京五輪の選手村にフィンランド式サウナが造られ、注目されました。のちに全国へ広がって行きました。

水風呂の効果

サウナで体を温めた状態で水風呂に入り、温冷刺激を繰り返すことで血管を伸び縮みさせ血行をよくし疲労回復の効果があります。(自宅でも15℃のくらいのシャワーを浴びると血行促進の効果があります。)

また自律神経を整える効果もあります。自律神経は脳の視床下部から指示を受け働きます。視床下部はストレスに弱いので、水風呂でリラックス状態をつくることで自律神経を整えることができます。

サウナと水風呂を2～3回繰り返し入るとさらに効果が高まります。

水風呂の入り方

サウナから出たら水分補給し、深呼吸をしながら手足からゆっくりと入ります。1分以内に水風呂からあがり、慣れない場合は30秒ぐらいであがりましょう。



県央のつぶやき

夜遅くまで営業しており、仕事帰りに入浴とご飯を楽しむことができます。また漫画コーナーも充実しており約3000冊揃っています。サウナ初心者でも十分楽しめる施設です。(y)