

# 健康・医療情報カレンダー



## ●夏の食中毒にご用心●

食中毒の原因には細菌やウイルスがありますが、梅雨時から9月頃までは高温多湿な状態が続く、細菌がもたらす食中毒が多く発生します。食中毒を招く細菌が増殖しても、食べ物の見た目や味は変わらず、匂いもしません。そのため、食事の準備をするときには下記のポイントに心がけ、食中毒を防ぎましょう。

- ☆「つけない」: 食中毒の原因菌やウイルスを食べ物につけないよう、こまめに手を洗いましょう。
- ☆「増やさない」: 食べ物に付着した菌を増やさないためには、低温で保存することが重要です。
- ☆「やっつける」: ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅しますので、肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べればほぼ安全です。

日	月	火	水	木	金	土
					1 <b>こころの日</b> 日本精神科看護技術協会が1998年に制定 <b>Tスポット採血</b> (米子地区)	2 <b>学士編入学試験</b> (米子地区)
3 <b>ソフトクリームの日</b> 初めて一般の日本人がソフトクリームを食べた日	4 <b>梨の日</b> 「東郷町二十世紀梨を大切に作る町づくり委員会」が制定 <b>Tスポット採血</b> (米子地区)	5 <b>穴子の日</b> 七(な)五(ご)で穴子の「なご」の語呂合せと、穴子は夏が旬であり、夏バテに効果的であることから	6 <b>ピアノの日</b> ピアノが日本に持ち込まれた最古の記録がある日 <b>Tスポット採血</b> (鳥取地区)	7 <b>七夕</b> <b>小暑</b> <b>Tスポット採血</b> (鳥取地区)	8 <b>ナンパの日</b> 七(なん)八(ば)で「ナンパ」の語呂合せ <b>Tスポット採血</b> (米子地区)	9 <b>ジェットコースターの日</b> 後楽園遊園地に日本初の本格的なジェットコースターが設置された
10 <b>納豆の日</b> 七(な)十(とお)で「なっとう」の語呂合せ	11 <b>職業教育の日</b> 全国専修学校各種学校総連合会が制定 <b>Tスポット採血</b> (米子地区)	12 <b>人間ドックの日</b> 国立東京第一病院で人間ドックが始められた日	13 <b>生命尊重の日</b> 「優生保護法」が公布された日 <b>Tスポット採血</b> (鳥取地区)	14 <b>内視鏡の日</b> 七(な)一(い)四(し)で「ないし」の語呂合せ	15 <b>盆、盂蘭盆会</b> 祖先の霊を供養する行事。胡瓜や茄子で牛や馬の形を作りお供えする。	16 <b>簀入り</b> 昔、商店に奉公している人などが、休みをもらって家に帰った日。この日と1/16だけ実家に帰ることが許されていた
17 <b>理学療法の日</b> 1110名の理学療法士により日本理学療法士協会が結成された	18 <b>海の日</b>	19 <b>やまなし桃の日</b> 「百」を「もも」と読むことから1年で百の倍数の200日目に当たるこの日を記念日とした	20 <b>ハンバーガーの日</b> 東京・銀座の三越内に日本マクドナルドの1号店が開店した	21 <b>大暑</b> <b>Tスポット採血</b> (鳥取地区)	22 <b>下駄の日</b> 7は下駄の寸法を表すのに「七寸七分」というように7がよく使われること、下駄の跡が「ニニ」に見えることから。	23 <b>ふみの日</b> 郵政省が実施。毎月23日は「ふみの日」だが、7月は「文月」として様々なイベントをしている。
24/31 <b>劇画の日</b> (24) 青林堂が劇画雑誌『ガロ』を創刊した日	25 <b>かき氷の日</b> 七(な)二(つー)五(ご)でかき氷のかつての名前「なつごおり」(夏氷)の語呂合せ	26 <b>幽霊の日</b> 江戸の中村座で四世鶴屋南北作『東海道四谷怪談』が初演された日	27 <b>スイカの日</b> スイカの縞模様を網に見立て、七(な)二(つー)七(な)で「夏の網」とよむ語呂合せ	28 <b>世界肝炎デー</b> 2004年にヨーロッパと中東の患者のグループが10月1日の「国際C型肝炎啓発デー」として始めたのが始まり	29	30 <b>梅干しの日</b> 「梅干しを食べると難が去る」と昔から言われてきたことから「なん(7)がさ(3)る(0)」の語呂合せ