

家庭でできる食中毒予防

飲食店の食事だけでなく、毎日食べている家庭の食事にも、危険がたくさん潜んでいます。細菌による食中毒が増加する夏に向けて、予防のポイントを紹介します。

問合せ 食品衛生担当係 ☎5984-4675

3つのポイント

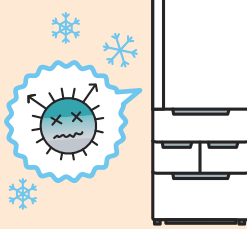
1 付けない!

生の魚や肉に付いていた細菌が、手指や調理器具から食品に付き、食中毒の原因になることも。常に清潔にしましょう。



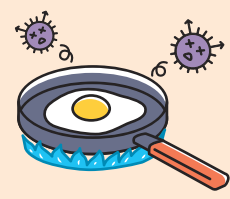
2 増やさない!

細菌が増えないうちに、早く食べましょう。保存する場合は冷蔵庫に入れましょう。



3 やっつける!

多くの細菌は熱に弱いので、食品の中心部まで十分に加熱しましょう。食器や調理器具などは、熱湯や塩素系漂白剤で消毒しましょう。



! 生肉などを食べることは避けましょう

鮮度がよくても、生肉や加熱不十分な肉には「腸管出血性大腸菌(O157など)」や「カンピロバクター」が付いていることがあります。これらは少量でも食中毒を起こすことがあります。肉を食べるときは、中心部まで十分に加熱しましょう。



! 魚介類の寄生虫にも要注意!

近年、アニサキスやクドアなど魚に寄生する寄生虫による食中毒が増えています。アニサキスはサバ・サンマ・イワシ・サケなど、クドアはヒラメに寄生しています。いずれも十分な冷凍や加熱により予防できます。詳しくは、区ホームページをご覧ください。



情報あらかると

ここで紹介する事業は、区が支援したり、官公署などが実施したりするものです。

ミニガイド

◆江古田ナイトバザール▶日時:5月25日(土)午後4時~7時▶場所:江古田ゆうゆうロード▶内容:サンパレードなど▶問合せ:栄町本通り商店街振興組合・諸井 ☎3991-0954

◆江古田プチバザール▶日時:6月2日(日)午前11時~午後3時▶場所:江古田駅北口駅前通り▶内容:屋台村、射的▶問合せ:江古田駅北口商店会・佐久間 ☎080-3203-8859

◆第47回住宅デー▶日時:6月2日(日)午前10時~午後3時(受け付けは午後2時まで)▶場所:大泉氷川神社など6会場▶内容:無料住宅相談、耐震相談、包丁研ぎ(実費)など▶問合せ:建設ユニオン練馬支部 ☎3925-0009 ※詳しくは、同支部ホームページをご覧ください。

◆「練馬発わかわか かむかむ元気ごはん」料理教室▶日時:6月13日(木)午前10時30分~午後1時▶場所:勤労福祉会館▶定員:20名(先着順)▶費用:800円▶申込:電話またはファクスで

①住所②氏名③電話番号を、6月7日(金)までにいきいきクッキングねりま ☎ FAX 3970-4174

◆区民企画講座「子育てに自分軸を!ブレないママになるための10ステップ」▶対象:子育て中の保護者、子育て支援に携わる方▶日時:6月20日(木)・28日(金)午前10時~正午[2日制]▶場所:男女共同参画センターエー▶講師:こねくとういず副代表/くぼあやの▶定員:40名(先着順)▶費用:1,000円▶申込:電話または電子メールで①講座名②氏名(ふりがな)③電話番号を、こねくとういず事務局 ☎070-8441-8008(平日午前9時~午後5時) [Eメール] connectw0180@gmail.com

◆ビーチボールバレー交流会▶対象:18歳以上の方▶日時:7月6日(土)午前9時~午後3時30分▶場所:総合体育館▶定員:40名(先着順)▶費用:500円▶申込:電話または電子メールで①催し名②住所③氏名④年齢⑤電話番号を、6月21日(金)までにSSC谷原 ☎3997-2500 [Eメール] ssc-yahara@nerimass.gr.jp

子どものための講座

区内の団体に委託して実施しています。講座によっては電子メールなどで

も申し込みます。詳しくは、区ホームページをご覧ください。▶問合せ:育成支援係 ☎5984-1292

◆ねりま遊遊スクール◆うたおう!ハモろう!合唱体験▶対象:小中学生▶日時:6月8日(土)午後2時~3時30分▶場所:西大泉地区区民館▶定員:40名(先着順)▶申込:電話で大泉西少年少女合唱団・山口 ☎090-4003-5349(午前9時~正午)

◆ハイハイからの親子であそぼう!リトミック&アート▶対象:7カ月以上の未就学児と保護者▶日時:6月16日(日)午前10時30分~11時30分▶場所:立野地区区民館▶定員:20組(先着順)▶費用:お子さん1人につき500円▶申込:電話でリトミックサークルチャチャチャ・藤木 ☎3929-6601(午後8時~10時)

◆親子ラケットテニス教室▶対象:小中学生と保護者▶日時:6月22日(土)午前9時30分~11時30分▶場所:光が丘四季の香小▶定員:20組(先着順)▶費用:1人100円▶申込:当日会場▶問合せ:ねりまラケットテニス協会・山田 ☎090-9134-9811

◆スポーツなど▶申込:A[B][D][E]当日会場▶☎電話で日本ティーボール協会

練馬区連盟・庄司 ☎090-3517-2021(午後5時~8時) ※未就学児は保護者同伴。 ※B~Eは保護者の参加も可。

◆光が丘体育館▶対象:小学生▶日時:6月1日(土)午前9時30分~正午▶内容:キッズアダンス▶定員:30名(先着順)▶費用:50円

◆大泉学園町体育館▶対象:3歳児~中学生▶日時:6月15日(土)午前9時30分~11時30分▶内容:トランポリン、ドッジビーなど▶定員:30名(先着順)▶費用:50円

◆大泉学園町希望が丘公園▶対象:5歳児~小学4年生▶日時:6月15日(土)午前10時~正午▶内容:ティーボール▶定員:40名(先着順)▶費用:100円

◆桜台体育館▶対象:5歳児~中学生▶日時:6月22日(土)①午前9時~10時②午前10時~11時45分③午前10時45分~11時55分▶内容:①ダブルダッチ②スラックライン③ラケットテニス▶定員:各20名(先着順)▶費用:100円(保護者のみ)

◆上石神井体育館▶対象:4歳児~小学生▶日時:6月22日(土)午前9時30分~11時30分▶内容:トランポリン、鉄棒など▶定員:40名(先着順)

◆6月の水泳ワンポイントレッスン

▶対象:4歳児~中学生 ※小学3年生以下のお子さんは水着を着用した保護者同伴。▶日時:①6月22日(土)②29日(土)午前9時~11時▶場所:①三原台温水プール、平和台体育館、光が丘体育館②上石神井体育館、平和台体育館、光が丘体育館、中村南スポーツ交流センター▶内容:時間内に来場したお子さんに指導者が助言 ※2時間の講座ではありません。▶費用:プール利用料(保護者のみ)▶持ち物:水着、水泳帽▶申込:当日会場へ

◆すまいるねりま遊遊スクール

◆みんなで楽しく楽器を鳴らそう(ドラムサークル)▶対象:主に知的障害のある小中学生と保護者・介助者▶日時:6月23日(日)①午前10時~10時40分②午前11時~11時40分▶場所:こども発達支援センター▶定員:各12名(先着順)▶申込:電話で音の輪・中村 ☎090-5335-5141(午前10時~午後5時)

朝・夕・青空市

◆光が丘IMA南館前▶日時:5月26日(日)午前10時~午後3時▶問合せ:富永 ☎090-4374-3888

広告 広告の内容については、各広告主にお問い合わせください。 ※広告掲載のお問い合わせは広報係 ☎5984-2690。

笑顔満開 たたみ替え!

表替え	新量	裏返し
¥5,170~	¥12,870~	¥4,180~

即日仕上げ 重い家具の移動 仕上げの拭き掃除 朝引き取り→夕方納品 防虫シート・竹炭シート 取扱

琉球畳 (和紙畳) 入れ替えパック 四畳半~ ¥126,000~

私がお伺いします! 三代目 白澤 聡一

白澤畳店 練馬区旭丘 1-63-6

詳しくはホームページで ▶ <http://www.shirasawa-tatami.co.jp> ご注文・お問い合わせ

0120-75-1153

戸建塗り替えパック 練馬区内/木造戸建住宅 (築30年位迄・賃貸物件除外)

屋根+外壁「まるごと」塗り替え 【足場代】込みで長期保証付!! 夏は涼しく 冬は暖かい 遮熱塗装

ウレタン 塗装パック 耐用8~10年 88万円	シリコン 塗装パック 耐用10~15年 92万円	遮熱 塗装パック 耐用12~20年 96万円
-------------------------	--------------------------	------------------------

お気軽にお問い合わせください! 受付 8:00~19:00(無休) 練馬区高松2-18-8 特養老人ホーム「第2練馬高松園」裏

創業昭和61年『戸建塗り替実績3124棟』

(有)フレッシュホーム 0120-330-828

お見積り無料!

広告 相続・遺言等初回無料相談! 電話 03-6913-1420 石神井法律事務所 練馬区石神井町7-2-1-302 弁護士 家村邦雄(東京弁護士会)