

えいよう便り

2024年

2月

さめき市民病院
栄養管理科発行



今の時期は特に注意！ ノロウイルスによる食中毒

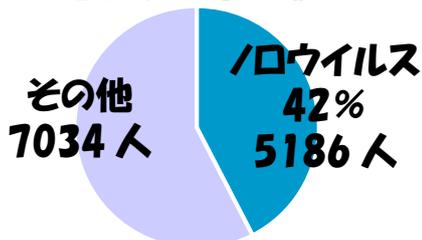
食中毒は、夏だけではありません。ウイルスによる食中毒が冬場(11月~2月)に多発しています。冬場に多いノロウイルスにも注意してこの冬を乗り越えましょう！

患者数で第1位

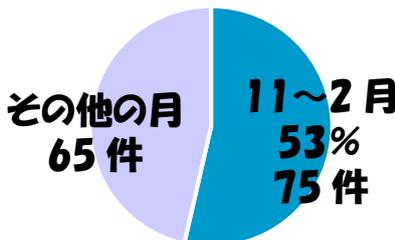
冬場に多い

大規模な食中毒に

なりやすい



原因別の食中毒患者数(年間)



ノロウイルス食中毒の発生時(年間)



食中毒1件あたりの患者数

ウイルスを持ち込まない

- ・健康管理(本人・家族)
- ・調理前の手洗い
- ・腹痛や下痢症状がある時は、食品を直接取り扱う作業は控えましょう

ウイルスを拡げない

- ・トイレ後、清掃後の手洗い
- ・キッチン、トイレなどの清掃、消毒
- ・便、おう吐物の適切な処理

ウイルスを加熱する

- ・中心温度 85~90℃で
90秒以上の加熱

ウイルスをつけない

- ・確実な手洗い
- ・使い捨て手袋やマスクの正しい着用
- ・調理器具の洗浄、消毒
- ※ノロウイルスはアルコール消毒が効きません

ノロウイルス予防四原則

ひまわりレシピ

厚生労働省(ノロウイルス食中毒予防対策)・グラフ:食中毒統計(H30~R4年の平均)引用

院内保育所の「ひまわり」に提供しているかわいいレシピをご紹介します。

苺ババロア
子ども1人前



- 苺 50g
- レモン汁 2g
- 砂糖 7g
- 牛乳 8g
- 板ゼラチン . . . 1g
- 生クリーム . . . 8g

- ① 板ゼラチンは、水(分量外)に浸しておく。
- ② 苺のヘタは除き、きれいに洗い水気を切り、裏ごしにかけて種を取っておく。
- ③ レモン汁・砂糖・牛乳と②をミキサーに入れて混ぜる。
- ④ 絞って十分に水気を切った①を湯せんで溶かし、③に加え混ぜて、とろみがつくまでよく冷やす。
- ⑤ 別のボールに生クリームを6分立てにする。
- ⑥ ④と⑤のとろみが同じようになったら混ぜ合わせる。
- ⑦ 型に流し入れて冷蔵庫で冷やし固める。

※盛り付け用の苺(分量外)はヘタを残して4等分にし、ババロアの上に飾る。

お食事に関してわからないこと等がありましたら、遠慮なく管理栄養士におたずねください。

