

## ⑨特設無料人権相談を開設します

毎日の生活の中で、人権に関わる困りごとや法律上どのようなようになるのか解決に導くためのご相談です。相談は、法務大臣から委嘱を受けた人権擁護委員が担当します。

相談内容についての秘密は厳守されますので、お気軽にご相談ください。

日時 7月18日(水) 午前10時～午後3時(最終受け付けは午後2時30分)

場所 地域福祉センターともべ【旧友部社会福祉会館】(笠間市美原3-2-11)

問 社会福祉課(内線157)

## ⑩弁護士および大学教授による無料法律相談会を開催します

期日	相談員
7月25日(水)、8月16日(木)	弁護士 <small>あびこ かずこ</small> 安彦 和子さん
7月20日(金)、8月6日(月)	大学教授 <small>やまぐち やすお</small> 山口 康夫さん

相談時間 午前10時～午後3時(正午～午後1時を除く)

場所 地域交流センターともべ  (笠間市友部駅前1-10)

内容 ※相談は1件あたり1時間程度です。

※お受けできるのは相談のみで、弁護士に案件を依頼することはできません。

※すでに弁護士に依頼している案件、係争中や同一案件の繰り返し利用はご遠慮ください。

定員 各4名(先着順)

申込方法 電話でお申し込みください。

申・問 笠間市消費生活センター Tel 0296-73-6877

## ⑪食中毒に気をつけよう！

細菌による食中毒が増えるのは、気温が高く、細菌が育ちやすい6月から9月ごろです。食中毒の原因は人の皮膚や腸など身近にいる菌のため、家庭での食事作りでの予防が大切です。

### ・食中毒を起こす主な細菌やウイルス

種類	原因	症状	食品の例
腸管出血性大腸菌 (0157, 0111 など)	加熱が不十分な肉や生野菜、生肉	食後12～60時間で、腹痛や水のような下痢、出血性下痢	加熱が不十分な肉、よく洗っていない野菜、井戸水やわき水
カンピロバクター	加熱が不十分な肉、飲料水、生野菜	食後2～7日で、吐き気、下痢、発熱、腹痛	加熱が不十分な焼き鳥、井戸水やわき水
サルモネラ菌	加熱が不十分な卵・肉・魚	食後6～48時間で、吐き気、腹痛、下痢、発熱、頭痛	生卵、オムレツ、レバ刺し
黄色ブドウ球菌	加熱後に手作業をする食べ物(人の皮膚、鼻や口の中にある菌のため)	食後30分～6時間で、吐き気、腹痛	おにぎり、お弁当、巻きずし、調理パン
腸炎ビブリオ	生の魚介類	食後4～96時間で、激しい下痢や腹痛	刺身、寿司

### ・予防法

- (1) 肉・卵は十分に加熱調理(中心部を75℃以上で1分以上加熱)する。
- (2) 卵の生食は新鮮なもののみにする。
- (3) 肉・魚は他の食品と調理器具や容器を分けて、処理や保存を行う。

問 保健センター Tel 0296-77-9145