



©山口県

【発行】やまぐち食の安心・安全推進協議会  
(事務局)山口県環境生活部生活衛生課  
753-8501 山口市滝町1-1  
TEL:083-933-2974/FAX:083-933-3079  
E-mail:a15300@pref.yamaguchi.lg.jp

## 年末年始も食中毒に気を付けましょう

年末やお正月は、たくさんの食品を購入し、長期間保存する機会が増えます。次のことに気を付けて、年末年始もしっかり食中毒を防ぎましょう！

賞味期限や保存方法など、**食品の表示をよく確認**しましょう



手の汚れは、石けんで**よく洗い流**しましょう



冷蔵庫に食品を詰め込みすぎないようにしましょう  
(**目安は7割程度**)



おせち料理などは、**暖房中の部屋に放置**しないようにしましょう

## ノロウイルスによる食中毒にも要注意



ノロウイルスによる食中毒は、一年を通して発生していますが、特に**11月～3月**の寒い時期に流行します。上記の注意事項に加え、ノロウイルスの予防にも気を配りましょう！

### 主な症状

- ◆ 食後1～2日で、おう吐や激しい下痢、腹痛などを起こします
- ◆ 通常は、これらの症状が1～2日続いた後に治癒し、後遺症もありません
- ◆ 幼児や抵抗力が落ちている人では、症状が重くなることもあります



### もしかかってしまったら

- ◆ まずはお医者さんに診てもらいましょう
- ◆ 自分で勝手に判断して薬を飲まないようにしましょう
- ◆ 下痢やおう吐をしたら、脱水になることがあるので、しっかりと水分をとりましょう
- ◆ おう吐で水分がとれないときや脱水症状がひどいときはお医者さんで点滴してもらいましょう



### 予防のポイント

#### とにかくにも手洗いが大事！

- ◆ しっかりとした手洗いは、ノロウイルス食中毒の予防にも有効です！



#### しっかりと調理器具を消毒！

- ◆ 調理器具やキッチンは、常に清潔にしましょう
- ◆ 洗浄後に煮沸消毒するか、塩素消毒液を使うことが有効です



#### 中まで火を通して食べる！

- ◆ 生食用以外の二枚貝を食べるときは、中まで火を通して食べましょう



#### 感染を広げない！

- ◆ 体調が悪いときは調理をしない、させないようにしましょう
- ◆ また、感染者の汚物の処理を正しく行うことも大事です





# に関する フォトコンテスト 2023

## ～やまぐちの「食」教えちゃろ!～ 結果発表!

令和5年8月1日～9月30日まで実施した「食に関するフォトコンテスト2023  
～やまぐちの「食」教えちゃろ!～」について、111点の応募がありました  
たくさんのご応募をいただき、ありがとうございました!  
厳正なる審査の結果、以下の13作品が入賞されましたので、ご紹介します

### 最優秀賞



### 優秀賞



### 入選



入賞作品の詳細について、県HPに掲載していますので、ぜひご覧ください  
「食に関するフォトコンテスト2023 結果発表」で検索!



「やまぐち食の安心・安全情報誌」がwebで読めます!

(バックナンバーもこちらから)

