

熱中症・食中毒にご注意ください

「熱中症は真夏の気温が高い日にかかるもの」と思い込んでいませんか。熱中症発生のピークは7月～8月ですが、発生数が増え始めるのは5月～6月です。梅雨の晴れ間、梅雨明け直後など、身体がまだ高温多湿に順応できていないタイミングで急に気温が上がったり、蒸し暑くなったりすると、熱中症発生のリスクが高まります。

問・すこやか生活課 ☎・宿(581)0201 FAX(582)1138
・草津保健所 ☎(562)3526 FAX(562)3533

暑さを避ける

- ・エアコンなどで温度をこまめに調節しましょう
- ・外出時には日傘や帽子を着用しましょう
- ・吸湿性・速乾性のある通気性のよい衣服を着用しましょう
- ・遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用しましょう
- ・天気の良い日は日陰を利用し、こまめに休憩しましょう
- ・保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やしましょう
- ・クールシェア施設を利用しましょう

市役所、もりやまエコパーク、市立図書館、各地区会館などの一部の公共施設を、暑い日に涼めるクールシェア施設として開放しています。



熱中症予防のためにできること

こまめに水分を補給

室内でも、外出時でも、のどの渴きを感じていなくてもこまめに水分を補給しましょう



熱中症予防情報サイトを活用

熱中症警戒アラート発表時には外出を控え、暑さを避けましょう



熱中症予防情報サイト

6月1日(日)～7日(土)は水道週間

第67回 水道週間 全国統一スローガン 透き通る 誇れる水に 感謝する

問施設工務課 ☎(582)1128 FAX(582)5780

水道週間は、水道について皆さまの理解と関心を高め、今後の水道事業の取り組みにご協力いただくために毎年実施されています。

この機会に、日常生活に欠かすことのできない水道に対する理解を深め、水という資源の大切さを見直してみましょう。

水道週間にあわせて、市管工事業協同組合と協力し、市立の全小中学校へ、消せる蛍光マーカーを配布しました。

守山市水道 Q & A

Q水道水の水ってどんな水なの？

A 守山市の水道水は、琵琶湖吉川沖から取水した湖水と、立入町および播磨田町地先の井戸から取水した地下水を浄化処理した後、皆さまに届けています。安全な水を届けるため、水質検査を実施し、結果を市HPや広報もりやままでお知らせしています。

Q市内で年間どれくらいの水道水が使われているの？

A 令和6年度の1年間で約8億8,000万リットルの水道水が使用されました。平均1日当たり2,433万リットルで、これは小学校などにある25mプール※約67杯分に相当します。
※縦25m×横12m×高さ1.2m=360㎡=36万リットルで計算

水道水をおいしく飲む方法

水道水には、殺菌のために塩素を入れることが法律で義務付けられているため、おいしくないと感じる人もいます。その場合は、「水道水にレモン汁を数滴加える」、「冷蔵庫で10～15℃に冷やす」、「きれいな入れ物に一晩くみ置きしておく」といった方法を試してみてください。また、水をやかんなどで沸かしてから、ふたを開けてさらに5分程度沸騰させることで塩素を取り除くことができます。ただし、消毒効果が少なくなるため、早めに使い切るよう心掛けてください。

細菌性食中毒予防のための三原則

その1 菌をつけない

手指にはさまざまな雑菌が付着しています。食中毒の原因菌を食べ物に付けないよう、食品を扱う際は必ず手を洗いましょう。また、生肉や魚についている細菌が、生野菜などへ付着しないよう注意しましょう。

その2 菌を増やさない

食べ物に付着した細菌を増やさないために、低温での保存が重要です。肉や魚などの生鮮食品や惣菜などは、購入後できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。

その3 菌をやっつける

多くの細菌は加熱によって死滅します。中心部を75℃で1分以上加熱することが目安です。表面だけでなく中心まで十分に加熱しましょう。

例年、腸管出血性大腸菌感染症が発生しています

- ・食肉を生で食べることは避けましょう。
- ・焼肉など調理しながら食べる場合は、生肉を扱う箸と食べる箸を別々にしましょう。
- ・排泄のお世話などで、感染者の便やおう吐物に触れた場合は、石けんと流水で手を十分に洗い、消毒しましょう。
- ・おむつ交換時の手洗い、幼児・児童に対する食前の手洗い指導の徹底、簡易プールの衛生に、十分に注意をしましょう。

※食中毒の疑いがあるときには、医療機関にかかりましょう

腹痛や下痢、気持が悪いなど食中毒が疑われるような症状があるときは、早めに医療機関を受診し、適切な治療を受けましょう。