

### めざせ健康あきる野21 健康情報「健やか」(109)



#### ～手洗いを実行して、食中毒を予防しましょう～

「食中毒」は夏の暑い時期だけのものと思いがちですが、実際は年間を通して発生しています。冬のこの時期に多発する食中毒はノロウイルスで、発生のピークは11月から3月です。平成28年に発生したノロウイルスによる食中毒件数は全国で354件あり、うち202件が12月から2月までに発生しています。

発生の原因の1つは、「肝心なときに『手洗い』が十分に行われなかったことにある」といわれています。ノロウイルスは感染した人の「おう吐物」や「便」に大量に含まれています。このため、排便時には手にノロウイルスが付く可能性が高くなります。トイレ内は、汚染されやすく、ドアノブなどを介して、ノロウイルスが手に付きます。そのため、トイレを利用した後の手洗いはとても大切です。

手を洗わない人は、さまざまな場所にノロウイルスを付けている可能性があります。手が触れるところには、ノロウイルスをはじめ、多くの菌やウイルスが付着していることがあります。特に外出先では、より多くのものに触れることとなりますから、外出先から戻ったときの手洗いは大切です。

調理する人は、調理前の手洗いが重要です。しっかりと手を洗わないと、手についているノロウイルスが食品に移り、それを食べた人が食中毒になる危険があります。

手洗いの方法は、せっけんをよく泡立て指の間や手首までしっかりと洗い、よくすすぐ。これを2回繰り返し手についているノロウイルスを洗い流します。

今年の1月から2月にかけて「刻みのり」を原因とした大規模な食中毒事故が発生しました。この事故も、トイレ後や、作業前のきちんとした手洗いを実行することで発生の可能性を低くすることができたと考えられます。この冬、皆さんもトイレの後、外出先から戻ったとき、調理の前など「肝心なときの手洗い」を意識して忘れず実行してください。食中毒から身を守り、これから迎える新しい年を健やかに過ごしましょう。

○問合せ 健康課健康づくり係

#### 市内の中学生が応募した薬物乱用防止ポスター・標語応募作品の展示

青少年の薬物乱用防止対策の一環として、中学生を対象に薬物乱用防止ポスター・標語を募集し、市からは、ポスター・標語をあわせて1599点、都内48地区で5万5千点以上の応募がありました。都での最終選考の結果、粟井力さん(御堂中学校2年)の標語作品が優良賞として入賞しました。また、薬物乱用防止に関する都の普及啓発事業などに熱心に取り組んだ学校として、東中学校、御堂中学校、五日市中

学校が「薬物乱用防止活動率先校」として選出されました。応募していたいただいたポスター・標語作品を展示します。

▽日時 平成30年1月15日(月) 19日(金) 午前8時30分～午後5時(15日は午後1時から、19日は正午まで)

▽場所 市役所1階コミュニティイホール

▽問合せ 健康課予防推進係 (☎558・1191)

#### 第9回創業ミニセミナー「知っておきたい」

「知っておきたい」

確定申告の際に必要な経理処理について、決算書や簿記



の仕組みや作成方法など、初心者の方にも分かりやすく解説します。

▽日時 平成30年1月15日(月) 午後2時～3時30分

▽場所 B i @ S t a s m o o l オフィス(あきる野ルピア2階)

▽講師 坂本庸芳さん(B i @ S t a s m o o l 相談員、中小企業診断士、ファイナンシャルプランナー)

▽費用 無料

▽申込み・問合せ あきる野創業・就労・事業継承支援ステ

18・7778 午前10時～午後7時(日曜日、祝日を除く)

#### 森林レンジャーがゆく

#### 「菅生若宮子ども体験の森」で新しい森づくり (77)



今、菅生地区で活動する山林ボランティアが育ってきています。そんな彼らと植林しない森づくりを始めました。場所は、シタケの原木を採るために皆伐されたコナラ林で、菅生若宮子ども体験の森の奥にあります。一般的に伐採されたコナラは、その切り株からヒコバエが伸び、森が再生されるといわれています。しかし、老木の切り株は、再生能力が弱い上に、森の中には、コナラだけでなく、たくさんの低木の切り株が残っているため、コナラだけが再生するわけではありません。実際に現場に立って目にする藪には、さまざまな木々が育ち、人が分け入ることも難しい藪になっています。それは、さまざまな木々の萌芽や森の土の中で眠っていたさまざまな木々の種(埋没種子)が、皆伐により入った光によって一斉に芽吹いたからです。種によっては暗い森で何十年と発芽するチャンスを待っていたものもあり、一度、皆伐され明るくなった伐採地は無秩序でとても賑やかな藪になります。新たな森づくりは、その賑やかな藪を整理して明るいコナラ林を再生させる取組です。

一般的な森づくりは、植林地を整理して、新たな苗木を植林し木々を育てることです。しかし、ここでの取組はボランティアの方と将来の森の姿を想像して、残す木と切る木を選別し、今ある藪の力を借りながら整理を進めるやり方です。予定では、もともとこの地にあった明るいコナラ林に代表されるような落葉広葉樹林を目指しますが、選別する樹種によっては鎮守の森のような暗い森を目指すこともできます。ここで選ばれ、スクスク育つ木も、もともとはその場所で育っていた木で、最近流行の「潜在植生」をキーワードにした森づくりのかたちです。



伐採後の藪

南関東に位置するこの丘陵地帯は、木々が太陽の光を奪い合い、最終的には薄暗くても育つことができるアラカシやヒサカキなどが競争に勝ち残り、暗い森になっていきます(照葉樹林が成立します)。今はまだ、たくさんの木々が競争している段階ですが、人の手で藪を整理し、光条件を改善することで、目指す森の姿になっていくと考えています。(杉野)

#### くらしの知恵袋

#### ～消費生活相談情報～

～自然災害に関連した住宅修理の勧誘に注意！～

台風や大雪などの自然災害の後には、住宅の屋根や雨どいなどの修理工事に関する相談が多く寄せられる傾向があります。

○住宅の修理工事は慎重に検討しましょう 住宅の工事は、「強引な勧誘を受け困っている」「契約後に事前の話よりも高額な請求を受けた」「手抜き工事をされた」などの相談が多くみられます。工事をする際は、複数の業者から見積もりを取り、家族にも相談するようにしましょう。電話や訪問を受けて契約をした場合は、契約書面の受領日を含めて8日間はクーリング・オフができます。

○「保険金を使えば無料で工事ができる」という勧誘に注意！ 火災保険などの保険金を利用すれば無料で工事ができるというさそい文句で、保険金の申請と工事をセットで契約させ、高額な手数料を請求する手口が多くみられます。中には、自然災害と無関係な損傷についても、保険金で工事ができると勧誘するケースもあ

りますが、保険事故を装って保険金を請求すると、保険会社などから契約を解除されるだけでなく、法に触れる恐れもあります。このような勧誘には応じないようにしましょう。

○あきる野市消費生活相談窓口 契約に関するトラブルや悪質商法など、消費生活に関して困ったときは、一人で悩まずに気軽にご相談ください。電話でも相談にお答えします。

●開設日時…毎週月曜・木曜日 午前9時～午後4時(正午～午後1時を除く)

※予約の必要はありません。

●場所…市役所1階市民相談室

※月曜・木曜日以外でお急ぎのときは、東京都消費生活総合センターにご相談ください。

○東京都消費生活総合センター

●開設日時…毎週月曜日～土曜日 午前9時～午後5時(☎03-3235-1155)

※多重債務相談も受け付けています。