

お宅の防災無線は、きちんと聞こえていますか？

大雨や台風の多い時期です。警報・避難場所などの緊急情報を防災無線で即時放送しますので、災害に備えて防災無線をきちんと聞こえる状態にしておきましょう。

* 防災無線のお問い合わせは
総務課 TEL 22-3111 まで。

災害はいつ発生するかわかりません。非常持ち出し品(非常食・ラジオ・生活用品・救急薬品など)の準備や、避難場所の確認、また、高齢者や子ども、体の不自由な方が近くにいる場合は、住民同士で協力体制を築いておくようにしましょう。



阿蘇市役所防災無線室
ここで市民の方々への呼びかけ等を行っています。



こんなときは、市役所に至急連絡ください。

傾斜地が崩れそうになったり、河川や側溝が氾濫するような場合は、

阿蘇市役所 TEL 22-3111 までご連絡ください。

～食中毒が発生しやすい時期となります～

食中毒を予防しよう 菌を、つけない・増やさない！



正しい手の洗い方

肉、魚、卵の調理後、動物をさわったり、トイレ、おむつ交換、鼻をかんだあとは必ず手を洗おう。

①指輪・時計をはずします。

②流水で汚れを洗い流します。

③せっけんを1分以上よく泡立て、30秒以上もみ洗いします。

④流水で充分にすすぎます。

⑤清潔なタオルやペーパータオルでふき取ります。



・まな板は、肉用と魚用と野菜用があるとGOOD
・フキン、台布は清潔で乾燥したものをつねに用意



・残り物やすぐ食べないものは冷蔵庫で保存
・冷蔵庫は10℃(生食用のものは4℃)以下、冷凍庫は-15℃以下に
・冷蔵庫の中身は7割程度



菌をつけない 増やさない (迅速)

加熱及び冷却

生で食べる食品への注意

- 魚介類や肉類は生食用であることを確かめてから購入する。
- 冷蔵庫で保存し、調理前に流水でよく洗う。卵は調理直前に割る。
- 賞味期限は必ず確認し、期限内に食べきる。
- 冷凍したときは、解凍は冷蔵庫内か電子レンジで。自然解凍は細菌が増殖しやすい。
- お刺身や卵料理は、調理が始まってから2時間以内に食べきる。
- 軽く火を通す程度のものは生ものと考えて扱う。

子どもの食事は気をつけて

食中毒患者数は子どもが大人の3倍～5倍も多いことをご存知ですか？
子どもは大人より抵抗力がないので、食事も生ものや卵などには気をつけましょう。

・食品の中心部までしっかり加熱
・漂白剤や熱湯で消毒し、日光にあてて乾燥させよう
・電子レンジで加熱するときは、ときどきかき混ぜて

