

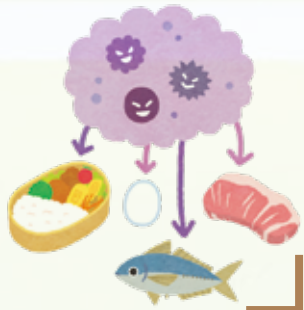
正しく知って、食中毒を防ごう

梅雨時期から早秋にかけては、高温多湿で食中毒が増えやすい季節です。食中毒を起こさないために、ご家庭で取り組める予防方法をご紹介します。

※本記事では、細菌性食中毒について記載しています。

食中毒は、なぜ起きる？

食中毒は、それを引き起こす細菌やウイルス、有害な物質がついた食べ物を口にすることで起きます。腹痛、下痢、嘔吐、発熱などの症状が見られ、ときには命に関わることも。気温や湿度が高くなる6月～8月は、特に細菌性の食中毒が増えやすくなり注意が必要です。



食中毒予防の3原則を徹底しよう!

つけない 【洗う・分ける】

- 調理前や生肉、魚、卵などを扱う前後には必ず石けんで手を洗う。
- 調理器具はきちんと洗って、除菌しておく。
- 野菜などの食材は、よく水洗いする。
- 肉、魚、根菜類と生で食べる葉物野菜などが接触しないように分けて保存する。
- 加熱しないで食べる物を先に扱う。

ヒント まな板は生肉・生魚用と野菜・調理済み食品用に分けよう。

増やさない 【低温保存】

- 適切な温度で管理する(冷蔵は10℃以下、冷凍は-15℃以下)。
- 調理後は速やかに食べる。
- 調理済み食品は常温で放置せず、粗熱を取って冷蔵・冷凍保存する。特に2日目のカレーなどは要注意。

ヒント *粗熱の取り方* 鍋ごと氷水や流水で冷やすと早い。

やっつける 【加熱処理】

- 多くの細菌は熱で死滅するため、肉や魚は十分に加熱を。目安は中心部を75℃で1分以上。
- 肉、魚、卵などを使った後の調理器具は洗剤でよく洗い、熱湯で消毒。塩素系漂白剤での除菌も有効。

ヒント キッチン用アルコールスプレーは乾いた状態のものにかける。

夏場、特に気をつけたい食中毒菌(細菌)

細菌名	主な原因食材	特徴	食中毒例
カンピロバクター	鶏肉など	少量の菌数でも食中毒を起こす。 ▶熱に弱い。	●加熱が不十分な鶏肉 ●鶏の刺身
ウエルシュ菌	肉、魚、野菜など	煮込み料理を常温で冷ますなどすると増えやすい。 ▶熱に強い。	●キャンプで大量調理し常温放置したカレー
サルモネラ菌	牛・豚・鶏の肉、卵など	少量の菌数でも食中毒を起こす。 ▶熱に弱い。	●生卵 ●レバ刺し ●牛肉のタタキ
セレウス菌	米・小麦・豆などの穀物類	30℃前後で最も活発に。 ▶熱に強い。	●炒飯 ●ピラフ ●スパゲティ ●焼きそば
腸管出血性大腸菌(O157、O111など)	汚染された食肉など	感染力が非常に強く、毒性が強い。 ▶熱に弱い。	●生肉 ●牛肉加工品 ●サラダ ●井戸水

夏でも発生する“ノロウイルス”に注意!

ノロウイルスは、牡蠣などの二枚貝から感染する冬の食中毒という印象ですが、実は夏でも食中毒原因の上位に。このウイルスは付着した食品や感染者の嘔吐物などから人体に入り、腸管で増えて症状を起こします。食品は十分に加熱*、調理器具などは熱湯消毒や次亜塩素酸ナトリウムで除菌し予防を。

※中心温度85～90℃で90秒以上

キッチンシンクのお掃除と除菌も忘れずに!

素朴な疑問

Q 食中毒菌のついた食品は見た目やニオイでわかる?

A 食中毒菌がいても見た目やニオイは変わりません。ちなみに食材が傷んで起こるニオイや糸が引く現象は腐敗菌によるもの。

Q 梅干しやレモンに食中毒予防効果はある?

A pH3.0以下になると細菌は発生しにくくなるため、梅干しやレモン汁にも一定の抗菌作用があるそう。お弁当では、梅干しをほぐして数カ所に分散させて。市販の抗菌シートも効果が望めます。

キレイな水で、夏をより快適に過ごしましょう！

浄水器 浄水シャワーヘッド
C-LIFE & ハピシャワを紹介！

カートリッジ
定期交換
サービス

リニューアル！
※本仕様と異なる
ライトブルーに

蛇口直結型浄水器
サニアクア C-LIFE
のうれしいポイント

※2
節水
約30%

C-LIFEは
レンタルサービス！

だから、カートリッジの交換忘れの心配
が無くなり、ペットボトル購入の手間も
無く、ラクちんです！



水流は3段階
切り替え可能

状況に合わせて
ぴったりのサイズも！

【ろ過能力】 600ℓ 1,500ℓ 2,500ℓ

*蛇口の種類によっては取り付けができない場合があります。

細かい水流で心地よい
肌あたり

肌あたりのいい“細かい水流”
とカラダ全体を包み込む“広い
水形”で心地よい使用感。



定期的なカートリッジ交換で
浄水効果をキープ！



浄水シャワーヘッド
ハピシャワ
のうれしいポイント

乾燥肌、傷んだ髪に
やさしい水

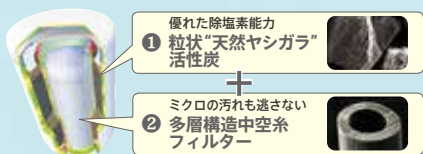
水道水中に含まれる塩素は、肌の
ピリピリ感、髪のパサツキの
原因になるといわれています。
カートリッジに含まれる、亜硫酸
カルシウムは、塩素を除去して
やさしいお水をつくります。

*遊離残留塩素総ろ過水量4,000ℓ
JWPAS J.210試験結果

*水栓の種類によっては取り付けができない場合があります。

もっと！
C-LIFE
うれしいポイント

ダブルろ過方式



優れた除塩素能力
① 粒状“天然ヤシガラ”
活性炭

② ミクロの汚れも逃さない
多層構造中空糸
フィルター

水流の切り替えは3段階



※1 ハピシャワの節水効果／約20%の節水効果

*吐水力0.6～0.65N時の流量を従来最適流量10ℓ/minと比較（建築物エネルギー消費性能基準に基づく）。メーカー従来品比。浄水シャワーヘッド ハピシャワは「建築物エネルギー消費性能基準で定める節湯水栓」ではありません。

※2 サニアクアC-LIFEの節水効果／約30%の節水効果
通常使用時（メーカー基準機種）に比べ約30%節水が可能。
（原水シャワー使用時）

2304-03KH

また食べたくなる！

リピートおかず

簡単につくれておいしい、リピートしたくなること請け合いの料理レシピをご紹介します。さっそく今晚のおかずどうぞ！

豚ひき肉と夏野菜のタイ風炒め

材料（2人分）

- 豚ひき肉…100g
- なす…2個
- パプリカ…1個
- エリンギ…2個
- にんにく…1片
- 唐辛子（輪切り）…1本分
- サラダ油・塩…各適量
- 水溶性片栗粉…適量
- パクチー…適量

- A
- ナンプラー…小さじ2
 - オイスターソース…小さじ1
 - 砂糖…小さじ1/2

※作り方

- ① なすは縦に6等分し、パプリカは細切り、エリンギは半分の長さに薄く切る。にんにくはスライスする。
- ② サラダ油、にんにく、唐辛子を入れたフライパンを熱してひき肉を炒め、色が変わったら、なす、パプリカ、エリンギを加えて炒める。
- ③ Aを加えて味をなじませたら、水溶性片栗粉でとろみをつけ、器に盛りつけてパクチーを飾る。

ナンプラーと唐辛子で
一気にエスニック風に



サバ缶サンドイッチ

サバ+マヨが
パンと相性◎の
夏のランチにぴったり！

材料（2人分）

- フランスパン…適量
- バター・マスタード…各適量
- サバ水煮缶…1缶（約190g）
- マヨネーズ…大さじ2
- 醤油…小さじ1/5
- レタス…1～2枚
- 紫玉ねぎ…適量
- レモン汁（お好みで）…適量

※作り方

- ① フランスパンは適宜カットしてお好みでトーストし、横に切り込みを入れてバターとマスタードを塗る。
- ② 水煮缶のサバは汁気を切って半身に割り、マヨネーズと醤油を絡める。レタスはちぎり、紫玉ねぎはスライスして水にさらしてから水気を拭き取る。
- ③ ①にレタス、紫玉ねぎ、サバを挟む。サバにレモン汁を振ってもおいしい。





意外と知らない毎日のお掃除に役立つ知識をマスターしましょう!

おそうじマスターと学ぶ

暮らしのおそうじ教室

本コーナーの監修や社員対象の『おそうじマスター』取得研修会、企業・法人対象の「おそうじ教室」の開催支援を担っています。『おそうじマスター』活動の普及を通して、地域社会の皆さまを支えてまいります。



『おそうじマスター』管理サポート本部 人材開発室 松倉和輝



今月のテーマ

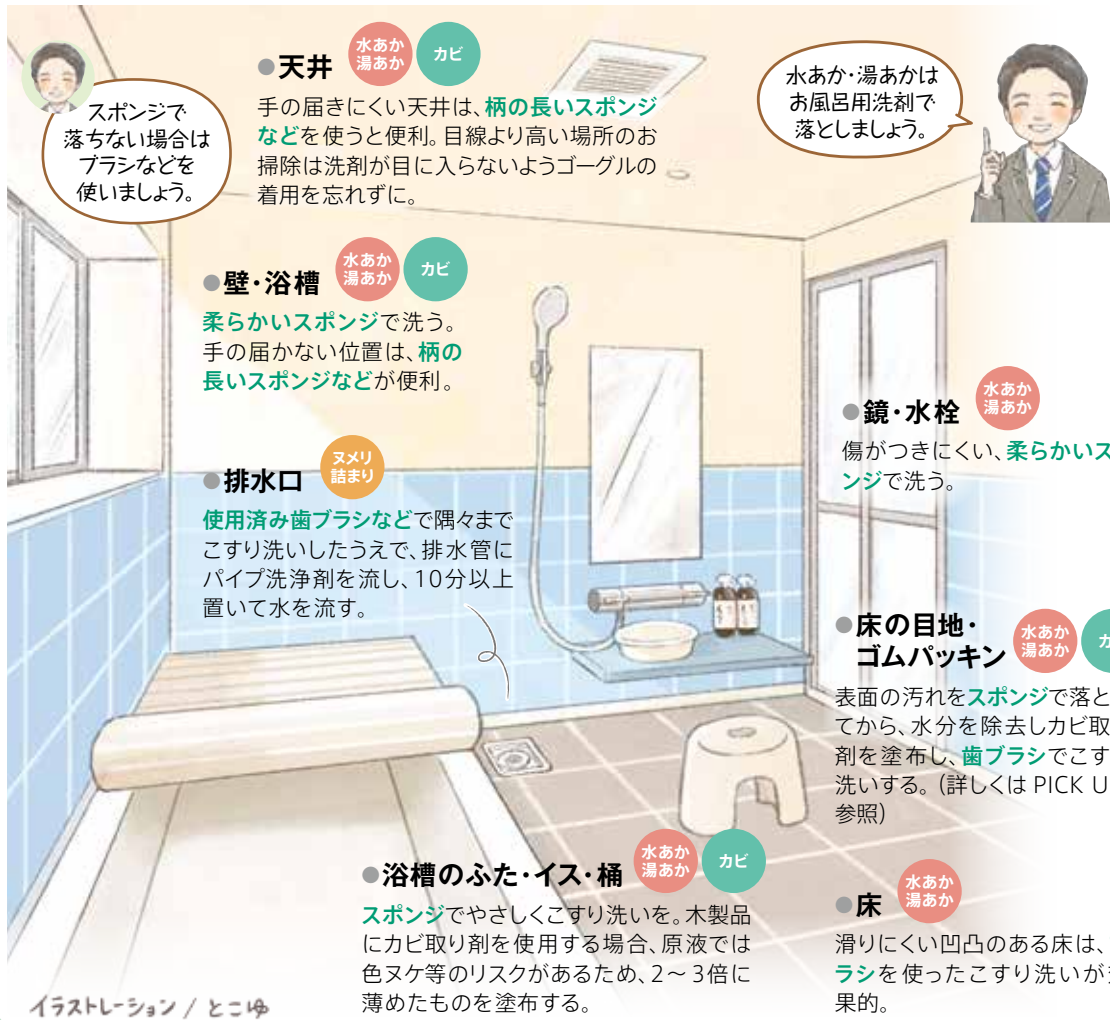
いつでもピカピカ!

浴室をキレイにしよう

浴室内で汚れやすい箇所と汚れの種類を確認しましょう。

見た目以上に汚れている浴室。特に汚れがたまる場所とは?

汚れの種類… ●水あか・湯あか ●カビ ●ヌメリ・詰まり



●天井

水あか 湯あか カビ

スポンジで落ちない場合はブラシなどを使いましょう。

手の届きにくい天井は、柄の長いスポンジなどを使うと便利。目線より高い場所のお掃除は洗剤が目に入らないようゴーグルの着用を忘れずに。

水あか・湯あかはお風呂用洗剤で落としましょう。

●壁・浴槽

水あか 湯あか カビ

柔らかいスポンジで洗う。手の届かない位置は、柄の長いスポンジなどが便利。

●排水口

ヌメリ 詰まり

使用済み歯ブラシなどで隅々までこすり洗いたうえて、排水管にパイプ洗浄剤を流し、10分以上置いて水を流す。

●鏡・水栓

水あか 湯あか

傷が付きにくい、柔らかいスポンジで洗う。

●床の目地・ゴムパッキン

水あか 湯あか カビ

表面の汚れをスポンジで落としてから、水分を除去しカビ取り剤を塗布し、歯ブラシでこすり洗う。(詳しくは PICK UP! 参照)

●床

水あか 湯あか

滑りにくい凹凸のある床は、ブラシを使ったこすり洗いが効果的。

●浴槽のふた・イス・桶

水あか 湯あか カビ

スポンジでやさしくこすり洗いを。木製品にカビ取り剤を使用する場合、原液では色ヌケ等のリスクがあるため、2~3倍に薄めたものを塗布する。

イラストレーション / とこゆ

PICK UP!

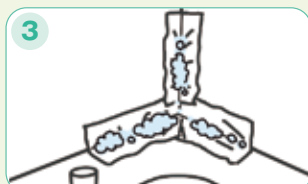
カビのお掃除方法



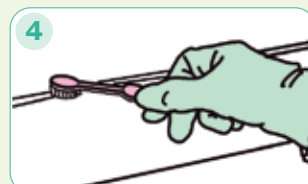
お風呂用洗剤で、表面にある皮脂汚れや石けんカスなどの汚れを落とす。



水気をしっかり拭き取り、カビ取り剤を塗布する。



塗布後、上からキッチンペーパーやラップをかぶせ、10分以上置く。
※カビ取り剤を使用する場合は、必ず換気をよくしてから使用しましょう。



キッチンペーパーやラップをはずし、歯ブラシなどでこすり洗う。

ガンコな水あかの落とし方



丸めたラップにクリームクレンザーをつけ、こすり落とす。



ウロコ汚れ落とし*を使って削り落とす。
※くもり止めコーティングされた鏡、樹脂製の鏡には使用できません。

ピンク色のヌメリも 見つけたら?

ピンク色のヌメリは、黒ずんだカビが発生する前兆です。お風呂用洗剤とスポンジまたはブラシでこすり落としましょう。

『おそうじマスター』とは…サニクリーンでは、「おそうじマスター制度」を採用し、おそうじの正しい知識やノウハウを有する社員を養成中。そのなかで実施される研修や試験に合格した者だけに『おそうじマスター』の称号が与えられます。※『おそうじマスター』と『おそうじマスター』の星形マークは、サニクリーンの登録商標です。

こんなに変わった!?

日本史 昔と今

第8回

昔

鉄砲はポルトガル人が伝えた

今

中国船に乗っていたポルトガル人が実演して見せた

鉄砲伝来で漂着した船は中国の密貿易船

戦国時代、それまでの日本の戦の形を一変させた武器といえば鉄砲(火縄銃)でしょう。その鉄砲は「1543年に種子島に漂着したポルトガル人により日本に初めて伝えられた」と教わった人も多いのでは? この文面ではポルトガル人がはるばる日本へ来て、西洋の鉄砲を伝えたような印象ですが、実際は違いました。漂着した船は中国人倭寇(海賊)の密貿易船。そこに乗っていたポルトガル人による鉄砲の実演を見て驚いた島主の種子島時義が、彼らの持っていた鉄砲を買い求め、家臣にその使用法と製造法を学ばせ、国産化に成功したそうです。また、このとき実演に使用された鉄砲は、東南アジア産の可能性が高いとか。ポルトガル人が伝えたというのも偶然だったようです。

日本で初めて鉄砲が伝わったのは種子島ではない!?

鉄砲は種子島に伝わる前に、すでに九州各地に伝わっていたという説もあります。当時、ポルトガルと東南アジアは交易が盛んで、中国や東南アジアには鉄砲が広まっていたため、日本にも複数のルートで伝わっていた可能性があるのです。実際、1543年に起きた相ノ浦(長崎県佐世保市)の戦いで鉄砲が使われたと記す書物もあるそう。倭寇との密貿易で貴重品として取引されていたと考えても無理はありません。現在の教科書では、種子島での鉄砲伝来のいきさつがきちんと記され、伝来年に諸説あることも記されているそうです。とはいえ、鉄砲が戦国の世に大きな影響を与えたことには変わりはありません。



『おそうじマイスター』公式Instagramを開設しました!



皆さまに爽やかな環境をご提案する、サニクリーンの『おそうじマイスター*』が掃除のコツや正しい手順など、お掃除に関連した情報や「おそうじ教室」などイベントのお知らせを発信しています。面倒なお掃除も楽しんでできるような情報満載。ぜひ、皆さまのフォローをお待ちしています!

※『おそうじマイスター』と「おそうじマイスターの星型マーク」は、サニクリーンの登録商標です。



Instagram
サニクリーンの『おそうじマイスター』



@saniel2389 検索

https://www.instagram.com/saniel2389/



サニクリーンは環境保全活動・社会貢献活動を応援しています!

子どもたちの笑顔が続く未来のために、サニクリーンでは「環境保全活動」「社会貢献活動」を通じて、さわやかな環境づくりを目指します。以下、応援活動の一部を紹介。

日本自然保護協会

自然のしくみを尊重する社会づくりを目指す「公益財団法人 日本自然保護協会 (NACS-J)」の活動を応援。

日本盲導犬協会

盲導犬の育成と視覚障がいリハビリテーション事業を通じて、視覚障がい者の社会参加を促進する「公益財団法人 日本盲導犬協会」の活動を応援。

日本ゴールボール協会

「一般社団法人日本ゴールボール協会」のオフィシャルサポーターとして、ゴールボールの支援を通じ、障がい者スポーツの普及と発展を応援。

そこに入るの何の文字? 同じ文字入れクイズ

空欄(□)に同じ平仮名1文字を入れて言葉を完成させてください。(答えは下にあります)

- らび□ご こんにちは→アッサラム・アライクム
- か□い□き 家族や家を大事にする様子
- ると□□ん パイ生地を使ったお菓子
- ば□ぶ□す 折りたたみ式です

アンケート de プレゼント

アンケートにご協力ください

「サニスマイル」では、よりよい誌面づくりのため、読者の皆様にアンケートのご協力をお願いしています。ご意見や感想をぜひお聞かせください。お礼の気持ちを込めて、抽選で下記のいずれかの賞品をプレゼント!

応募締め切り: 2023年8月1日(火)当日消印有効

〒103-8256 東京都中央区日本橋二丁目11番2号-20階

株式会社サニクリーン 販売促進室内
「サニスマイル」アンケートdeプレゼント62号係

応募締め切り: 2023年8月1日(火)当日消印有効

お名前				
ご住所	□□□□□□□□	都道府県	市区郡	
電話番号	-	-		
性別	①男性	②女性	③その他	年齢

麺匠 出雲たかはし 「出雲十割そば(雲龍袋)8食セット」

つなぎ粉を使わない、そば粉100%を使用した十割そば。本来は打ち立てでしか味わえないその味を良質のそば粉と長年の技術により日持ちする商品に。十割そばの風味を家庭で手軽に楽しめます。

- 内容: めん(110g×2)×4袋、つゆ(60g×2)×4袋
- 賞味期限:60日

30名様



※写真はイメージです。

サニ賞

サニエルQUOカード 1,000円分

10名様



盲導犬チャリティーグッズ

クリップファミリー盲導犬応援団&紙製テープカッター

15名様



サニクリーンは、(一社)盲導犬総合支援センターを通じて補助犬及び障がい者の社会参加を応援しています。

応募要領

ハガキ

左の「裏面用紙」に必要事項をお書きのうえ、点線で切り取り、ハガキに貼ってお送りください。宛先は左の「宛先用紙」を切り取ってご利用ください。コピーしても、直接ハガキに書いていただいても結構です。

WEB

右の二次元コードより専用サイトにアクセスいただき、画面に従って必要事項を入力してください。

<https://www.sanicleen.co.jp/qr/code/sanismile62/>



※本誌掲載の商品のなかには、現在、一部の地域で取り扱っていないサービス・商品もありますので、詳しくはお客さま係におたずねください。※商品のデザイン、カラー、仕様は改良などのため変更する場合がありますので、ご了承ください。

お問い合わせは下記まで



サニスマイル 2023 Vol.62 2023年6月1日発行
発行/(株)サニクリーン 発行部数/18万4千部



きれいにしたい。あしたのために。

株式会社 サニクリーン

東京都中央区日本橋二丁目11番2号-20階
〒103-8256 Tel.03-3276-7277

一般社団法人 日本タスクコントロール協会 会員