

■ごあんない

2 城西大学通信第31回 暑くなってきたら食中毒にご注意を / もくじ / 7月の広報カレンダー

■特集

4 配布物のセミガワで。

■まちよりたより

6 水道だより vol.9 / 空き家の適正な管理をお願いします

8 ふるさと納税の募集についてお知らせ

10 粗大ごみ処分方法のお知らせ / 家電4品目処理方法のお知らせ / 生ごみ処理機キエーロを販売 / がん検診を実施 / マイナンバーカードの手続きのための特別開庁 / 糖尿病性腎症の重症化予防対策

12 二十歳を祝う集い実行委員を募集 / 剣道体験会を開催 / スポーツ賞表彰候補者の推薦 / 人権擁護委員が任命 / 荒川図画コンクール作品募集 / 農地の適正な管理を / 夏の交通事故防止運動 / 交通事故被害者のご家族へ援助金を給付

14 国民健康保険に加入中の皆さまへ / 国民健康保険税の納税通知書を送付 / 要介護・要支援認定を受けている皆さまへ / 後期高齢者医療制度に加入中の皆さまへ

16 地域商品券を追加配布 / 夏休み自習室を開設 / たなばたかざりの展示

18 観光ガイドブック掲載希望店舗を募集

■グラフときがわ

19 広報ときがわが全国入選 / 番匠自主防災組織が知事表彰

20 荻ヶ丘小の児童が放送録音 / 山椒収穫体験会が開催

■Informationくらしの情報

21 こそだて / ほけん

22 ほけん / そうだん / ぼうはん / かんきょう

24 としよかん / 情報のページ

26 情報のページ / 新型コロナウイルスに関連する支援内容

28 観光協会ここから通信7月号 / 防災行政無線テレホンサービス / 町民文芸俳句

30 ときがわ散歩 2 / 編集後記

# 7月の広報カレンダー

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1 消費生活相談 活き生き活動センター 七夕製作 子育て支援センター「ときがわ」	2
3	4 困りごと・迷惑相談 消費生活相談 活き生き活動センター だれでもヨガ 体育センター(せせらぎホール) 休館日 都幾川公民館 玉川公民館 文化センター(アスタたまたまがわ) 玉川トレーニングセンター	5 窓口業務時間延長 役場本庁舎 困りごと・迷惑相談 消費生活相談 活き生き活動センター こころの相談 保健センター お山のひろば 建具会館	6 教育相談 活き生き活動センター	7 困りごと・迷惑相談 消費生活相談 活き生き活動センター 2歳6か月児健康診査 保健センター にこにこ広場 たまがわ子育て支援センター	8 消費生活相談 活き生き活動センター お話し会/おやつ案内 子育て支援センター「ときがわ」	9 おはなし会 都幾川公民館図書館
10	11 困りごと・迷惑相談 消費生活相談 活き生き活動センター ふれあいリトミック 都幾川公民館 休館日 文化センター(アスタたまたまがわ) 活き生き活動センター	12 窓口業務時間延長 役場本庁舎 行政相談 困りごと・迷惑相談 消費生活相談 活き生き活動センター	13 TOKI フィット 活き生き活動センター 教育相談 活き生き活動センター 乳幼児相談 保健センター	14 困りごと・迷惑相談 消費生活相談 活き生き活動センター	15 住民法律相談 消費生活相談 活き生き活動センター 川あそび 雀川砂防ダム公園	16 おはなし会 町立図書館
17	18 海の日 休館日 都幾川公民館 玉川公民館 文化センター(アスタたまたまがわ)	19 窓口業務時間延長 役場本庁舎 行政書士相談 困りごと・迷惑相談 消費生活相談 活き生き活動センター こころの相談 保健センター おはなし会 町立図書館	20 教育相談 活き生き活動センター	21 困りごと・迷惑相談 消費生活相談 活き生き活動センター にこにこ広場 たまがわ子育て支援センター	22 消費生活相談 活き生き活動センター プールあそび 子育て支援センター「ときがわ」	23 おはなし会 町立図書館
24	25 困りごと・迷惑相談 消費生活相談 活き生き活動センター 休館日 文化センター(アスタたまたまがわ) 体育センター(せせらぎホール)	26 窓口業務時間延長 役場本庁舎 困りごと・迷惑相談 消費生活相談 活き生き活動センター こころの相談 保健センター	27 教育相談 活き生き活動センター ベビーボラン 子育て支援センター「ときがわ」	28 困りごと・迷惑相談 消費生活相談 活き生き活動センター 4か月児・ 10か月児健康診査 個別リハビリ相談 保健センター にこにこ広場 たまがわ子育て支援センター	29 消費生活相談 活き生き活動センター プールあそび 子育て支援センター「ときがわ」 休館日 町立図書館	30
31	資源プラ	可燃ごみ せん定投・刈草自己搬入日	資源回収 (紙・衣類・アルミ缶) ペットボトル 粗大ごみ戸別収集受付締切	金属類 (スチール缶を含む)	可燃ごみ	

【表紙】広報を含めた配布物の仕分け作業をお願いしている、社会福祉法人いずみ会 千樹の里の皆さま。いつもありがとうございます。 (写真撮影のためにマスクを外しています)



人口と世帯 (6月1日現在)  
総人口 10,715人(+8人) ※0は前月比  
5月の動き 出生 2人 死亡 11人  
転入等 54人 転出等 37人  
男 5,437人(-8人) 女 5,278人(+16人)  
世帯数 4,756世帯 (+16世帯)  
過去のデータはHPで見ることができます。

広報ときがわ【第196号】 令和4年6月24日発行  
編集・発行 ときがわ町総務課  
〒355-0395 埼玉県比企郡ときがわ町大字玉川2490番地  
TEL 0493-65-1521(代表) FAX 0493-65-3631  
ホームページアドレス http://www.town.tokigawa.lg.jp  
メールアドレス info@town.tokigawa.lg.jp

ときがわ町の位置  
東経 139度  
北緯 36度  
海拔 64m  
面積 55.90 平方m

防災行政無線テレホンサービス(無料) ☎080-0800-8432

## 食はからだをつくる ～城西大学通信～



問 保健センター  
☎65-1010

第31回

## 暑くなってきたら 食中毒にご注意を

城西大学 薬学研究所 医療栄養学専攻 分子栄養学講座  
修士2年 管理栄養士 竹間未歩

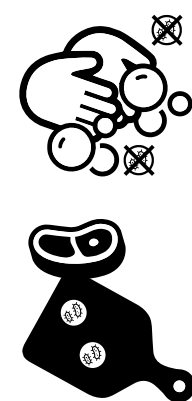
### 食中毒予防の3原則

- 1 つけない
- 2 増やさない
- 3 やっつける

**気** 温や湿度が高くなると、食中毒は、有害な細菌やウイルスが原因で起こる健康被害です。食中毒の原因となる細菌やウイルスは私たちの身の周りに存在していますが、微妙なため、目では確認できません。食中毒を防ぐためには、細菌やウイルスを体内に侵入させないことが大切です。そこで、今回は、「食中毒予防の3原則」をご紹介します。3原則を守り、楽しい夏を過ごしましょう。

#### 1 つけない

手にはさまざまな雑菌が付着しています。食中毒の原因菌が食べ物につかないように、必ずせっけんで手を洗いましょう。また、キッチン用品にも気を付けましょう。例えば、まな板の上でお肉を切った後、しっかりと洗わずに生で食べる野菜を切ってしまうと、お肉に付着していた菌が野菜についてしまいます。野菜を切ってからお肉を切るなど調理の順番を工夫したり、肉・魚用と生食用でまな板を分けたりするのも良い方法です。



#### 2 増やさない

食べ物に付着した菌を増やさないためには、低温で保存することが重要



#### 3 やっつける

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅するため、肉や魚はもろろん、野菜なども加熱して食べることが大切です。特に肉料理は中心までよく加熱することが重要です。目安は中心部の温度が75℃以上で1分以上加熱です。(二枚貝は中心部の温度が85～90℃で90秒以上)。

