

テイクアウト料理を購入した時の 食中毒予防のポイント

●お問い合わせ 保健福祉センター ☎76-3838

新型コロナウイルス感染症対策としての「新しい生活様式」の普及に伴い、テイクアウト料理を利用される機会も増えていることと思います。

テイクアウト料理は、調理から食べるまでの時間が長くなり食中毒のリスクが高まります。

食中毒予防の3原則である、①「つけない」、②「増やさない」、③「やっつける」に従って、食中毒を予防しましょう。

食中毒を予防するための「食中毒予防の3原則」

①つけない

食事前に手を洗う

手に付着した食中毒菌を口に入れてしまわないよう、食べる前に、丁寧に手を洗いましょう。



②増やさない

まっすぐ帰宅、すぐ食べる

料理を受け取った後は寄り道をせず、なるべく早く持ち帰って食べるようにしましょう。すぐ食べない場合には、冷蔵庫等で保存するようにしましょう。



③やっつける

持ち帰り後、加熱する

ほとんどの細菌やウイルスは加熱で死滅します。加熱が可能な場合には、なるべく全体が温まるよう、食べる前に電子レンジ等で加熱しましょう。



●家庭での調理も3原則に従い、手洗いと調理器具の洗浄、生鮮食品などは低温で保存し、食品の中心までしっかり加熱するようにしましょう

木造住宅耐震キャラバン —耐震・リフォーム相談をしませんか?—

●お問い合わせ 建設課 ☎76-3811

九重町では大分県と協力し、実物大の耐震モデルや写真パネルの展示、耐震教材を使用した簡易耐震実験、チェックシートを使った簡易耐震診断、その他耐震やリフォームに関する補助制度の紹介や相談などができる「木造住宅耐震キャラバン」を開催します。

実物大の耐震モデルや写真パネルの展示

開催期間 7月5日(月)～7月29日(木)〔土日祝日を除く〕
午前8時30分～午後5時

開催場所 九重町役場1階玄関ホール



耐震・リフォーム相談会【相談無料】

キャラバン期間中に無料相談会を行います。「なぜ耐震化って必要なの?」「どのくらい費用はかかるの?」「支援制度はあるの?」そんな疑問をお持ちの方や興味のある方は、ぜひお越しください。

- ▶ **相談日** 7月26日(月) 午前10時～午後4時
- ▶ **相談場所** 九重町役場1階 玄関ホール(キャラバン会場)
- ▶ **相談員** 九重町役場職員や大分県職員、他相談員

※新型コロナウイルスの影響により、延期または中止になることがあります

令和3年度国民健康保険税の軽減判定基準が改正されました

●お問い合わせ 税務課 ☎76-3803

令和3年1月1日施行の個人所得課税の見直しに伴い、国民健康保険税の軽減判定基準が改正されました。令和3年度分保険税額から次の表の計算により判定します。

●軽減判定基準額

軽減基準額	改正前(令和2年度まで)	改正後(令和3年度以降)
7割軽減基準額	基礎控除額(33万円)	基礎控除額(43万円)+10万円×(給与所得者等の数-1)
5割軽減基準額	基礎控除額(33万円)+28.5万円×(被保険者数(※))	基礎控除額(43万円)+28.5万円×(被保険者数(※))+10万円×(給与所得者等の数-1)
2割軽減基準額	基礎控除額(33万円)+52万円×(被保険者数(※))	基礎控除額(43万円)+52万円×(被保険者数(※))+10万円×(給与所得者等の数-1)

(※) 同じ世帯の中で国民健康保険の被保険者から後期高齢者医療の被保険者に移行した者を含む

歯や口の健康を守りましょう

●お問い合わせ 保健福祉センター ☎76-3838

健康で活力ある生活を送るためには、80歳で20本自分の歯を保つことが大切です。親知らずを除く、28本のうち20本以上の歯があれば、ほとんどの食べ物を噛みくだくことができ、おいしく食べられると言われています。歯と口の健康は、豊かな人生を送るための基礎です。

今日から家族みんなで歯と口のケアを実践し、歯と口の健康寿命を延ばしましょう。

乳幼児期・学童期

九重町では平成30年度の3歳児健診の結果において、大分県内でむし歯を持っている3歳児が一番多いというデータが明らかになりました。

徐々に数値は良くなってきていますが、今後も予防していくことが大切です。

- POINT!**
- 食事(間食)の時間を決める
 - だらだらと食べない
 - 食べたらず磨く習慣、必ず仕上げ磨き
 - 定期的(3~4か月毎)にフッ化物塗布

<九重町の3歳児むし歯を持つ児の割合>

平成30年度 38.9%(県平均19.2%)
令和元年度 11.4%
令和2年度 29.9%

<65歳以上で20本以上自分の歯がある人>

九重町 男性34% 女性37%
大分県 男性45% 女性41%
(平成28年度県民健康意識行動調査)

成人・高齢期

- POINT!**
- よくかんで歯周病とメタボ予防
 - 歯間清掃用具(デンタルフロスや歯間ブラシ)を使う
 - 1日1回は入れ歯を外して手入れを!
 - 口や舌など口まわりを動かす

