

はじめに

いよいよ始まる、子育て。不安や心配もあるけれど、これから生まれる赤ちゃんのために栄養のあるものをバランスよく食べよう…とか、おいしい離乳食をつくってあげたい…とか、新しい毎日が楽しみなのではないでしょうか？

ヒトは生きていくための欠かせない営みとして、“**食べる**”という行為によって必要な栄養をとっています。しかし、その食べることの中にも様々な危険がひそんでいます。特に、これからご紹介する“**食中毒**”は、よくテレビなどでも取り上げられ、誰しもが一度は聞いたことがある言葉だと思います。その原因は、目に見えない細菌やウイルスなど、私たちの身の周りにあるのです…。

大人であれば自分で食べるものを選ぶことができますが、赤ちゃんや子どもはそうはいきません。食事を準備する親をはじめ、周りの大人たちが安全な食事を提供するように注意をしていかなければなりません。

食中毒は、ほんの少し気を配ることで防ぐことができます。正しい知識を身につけ、毎日の生活の中で食中毒予防を心がけ、大切な家族を守りましょう。





目次

CONTENTS

食中毒と予防

→ P03へ

- 食中毒と病因物質 03
- 食中毒予防のポイント 05
- 手洗いとうがい 07

妊娠中に気をつけたい食中毒など

→ P09へ

- リステリア症 09
- 先天性トキソプラズマ症 11
- お肉の食べ方に要注意!! 13

乳児期に気をつけたい食中毒

→ P15へ

- 乳児ボツリヌス症 15

おもちゃと食品衛生

→ P17へ