

# 週報 Weekly Report 2025-2026

事務所 三重県伊賀市西明寺 2756-104 ヒルホテルサンピア伊賀内  
 TEL 0595-24-4650 FAX 0595-24-4656  
 例会 毎週木曜日 12:30 第3週例会 18:00 点鐘  
 ヒルホテルサンピア伊賀 TEL 0595-24-7000



■URL : <http://www.ict.ne.jp/~u-eastrc/>  
 ■e-mail : [u-eastrc@ict.ne.jp](mailto:u-eastrc@ict.ne.jp)

よいことのために  
 手を取りあおう

## 【本日の例会 第2102回 2026年3月12日(木)】

開会点鐘) 12:30  
 RCソング) 我らの生業  
 ゲスト, ビジター紹介  
 会長の時間  
 幹事報告・委員会報告・同好会報告・出席報告  
 ニコニコボックス報告・ロータリーの友読みどころ  
 閉会点鐘) 13:30  
 本日の行事) 観梅移動例会

## 【前回の例会 第2101回 2026年3月5日(木)】

開会点鐘) 12:30  
 国家斉唱) 君が代  
 RCソング) 奉仕の理想  
 ゲスト, ビジター紹介  
 会長の時間  
 幹事報告・委員会報告・同好会報告・出席報告  
 ニコニコボックス報告  
 閉会点鐘) 13:30  
 本日の行事) 卓話: 伊賀保健所衛生指導課  
 前川 幸子様

## 【会長の時間／木津八右衛門会長】

本日の卓話は伊賀保健所衛生指導課の前川幸子さんです。よろしくお願ひいたします。3月は水と衛生の月間です。日本はとても安心できる国で、水道の水を安全に飲むことができます。また、食品に関しても保健所の様々なご指導のおかげで食の安全が保たれておりますので、保健所の皆さまには感謝したいと思います。



## 【幹事報告／宮岡秀樹幹事】

第9回目の理事会を開催させていただきました。主な事項は4月の移動観桜例会と創立45周年の記念例会について御承認をいただきました。4月9日の観桜例会に関しては移動例会になります。場所は三溪寺での開催になります。詳細に関してはFAX等でお知らせいたしますのでよろしくお願いいたします。最後になりますが、3月12日も移動例会になります。場所は月ヶ瀬の美晴壮になりますのでお間違えのないようにお願いいたします。乗り合わせご希望の方は11:30にサンピアにお集まりいただき、11:40分には出発いたしますのでよろしくお願いいたします。



## 【出席報告／中西理晃出席委員長】

正会員 37  
 免除者 5  
 欠席者 8  
  
 出席率 82.76%



## 【食事の時間🍴】



今週のご飯も美味しかったです😊

## 【ニコニコボックス報告／瀧山まさ子さん】

木津会長：伊賀保健所をお迎えして。

宮岡幹事：伊賀保健所前川様本日はよろしくお願ひします。

子日君：12日、19日連続欠席です。四国に行ってきます。

西君：ホーム例会欠席のお詫び。

三谷君・出後君・山本君・中西・平井君・福永君・栗本君：保健所の前川さん本日はありがとうございます。



## 【本日の行事／卓話・伊賀保健所衛生指導課 前川幸子様】

### ～食品衛生～

食中毒とは、病原微生物や有毒物質などに汚染された食べ物を食べて健康障害が起きることを言います。食中毒の種類は様々でサルモネラ属菌や腸管出血性大腸菌などの細菌性食中毒、ノロウイルスなどのウイルス性食中毒、フグや毒キノコなどから引き起こる自然毒食中毒などがあります。また、食中毒の対策のために用いられる農薬や洗剤の誤った使用や誤飲などで引き起こす化学性食中毒もあり、これらの使用には注意が必要です。実際三重県内でも酢の容器に誤って消毒液を入れてしまい、食事で使用した客が被害にあった事例がありました。

様々な種類がある食中毒ですが、この時期に一番多いのはノロウイルスです。ノロウイルスはヒトの体内に入り、腸の中で増殖するウイルスです。感染力が強く、少量の数でも発症します。感染すると24～48時間以内に下痢、嘔吐、腹痛、発熱などの症状が出現し、1～2日続きます。症状が落ち着いてもウイルスの排出が2～4週間続くことやアルコール消毒が効かないことに注意が必要です。また、自然界や食品中では増えず、主に感染した人が扱った食品を口にすることや感染者の糞便や嘔吐物の処理をすることで感染します。

令和7年三重県内で発生した食中毒事件の中でノロウイルスは非常に多いです。中でも不顕性感染が原因で引き起こされることが多いです。不顕性感染とは、感染していても発症しない場合や軽い風邪のような症状の人が気付かないうちに汚染や感染を広げると言います。これは三重県内だけではなく全国的にも非常に多く、ノロウイルス食中毒発生要因の半分の割合を占めます。

食中毒を防ぐための“予防の3原則”があります。それは、「つけない・増やさない・やっつける」です。それぞれの内容は以下の通りです。

- ①つけない：原材料や冷蔵庫内、人の手からの二次感染をさせない。
- ②増やさない：冷蔵保管や冷凍保管で細菌の増殖を減らす。洗浄や消毒を徹底する。
- ③やっつける：中心部までの加熱や野菜・果物の殺菌を行う。

※上記のものは細菌性食中毒の予防策です。ノロウイルスなどのウイルス性食中毒は、上記の内容に“④持ち込まない：健康な人が調理を行う”を加えた4原則になるので注意が必要です。

最後に食中毒を防ぐことで一番重要なのは手洗いです。帰宅時やトイレの後などは流水だけではなく石鹸を用いて手の隅々までしっかり洗うことが重要です。1～3月はノロウイルスによる食中毒の発生が非常に多い月です。手洗いや予防策などをひとりひとりが心がけ、食中毒の発生を抑えましょう。

## 【編集者のつぶやき】

父がいつも大変お世話になっております。父はこのような作業が苦手のようなので、今回お小遣いを約束に編集を強引に任せました26歳の長男です(笑)。3・4月とよろしくお願ひします。僕は病院で勤務しています。1～3月は食中毒で来院される患者さんが非常に多い印象です。この時期の病院内の感染予防策で一番に挙げられるのはやはり手洗いです。手洗いの際、石鹸を使用するとしないとでは手の雑菌の数が大きく変わります。手洗いは皆様が一番簡単にできる予防策なので、この時期に限らず、普段から手洗いをしっかりしていただければと思います。

