

水が変われば暮らしも変わる

軟水生活

Vol.9

食中毒を 撃退しよう!

食中毒菌を
つけず、
増やさず、
やっつけろ!



軟水生活のひろば

掲載しきれなかったおたよりは公式ホームページ、公式Facebookページでもご紹介していく予定です。ぜひチェックしてください！（見出しは編集室で作成しています）

●アトピー、手荒れがうそのようにきれいに!?

13歳の次女が0歳の時から軟太郎にお世話になっています。全身のひどいアトピーがうそのようにきれいになっています。浴槽も水だけで洗っているのに、12年間ピカピカです。私の手荒れも完治!

大阪府 マロン婦人さん

●いつまでも触っていたい愛犬の毛並み

軟水器を使っているおかげで、乾燥する冬でも肌や髪の毛がカサカサ、パサパサにならず、とてもいいです。愛犬のはなとみみ（ミニチュアダックス）もシャンプー後の毛がやわらかく、とても肌触りの良い毛になり、いつまでも触っていたくなるほどです。

奈良県 はなみみさん

千葉県
ゆな5才さん



愛媛県
蛙太郎さん

『軟水生活』では、本誌や「軟太郎」「美肌っ子」などお使いの商品へのご意見、ご感想、ご質問、さらにイラストやペットの写真などを募集しています。このページのハガキをご利用いただくか、下記のFAX、メールにお寄せください。

FAX: 089-960-4319

メール: nansui_life@miuraz.co.jp

キリトリ線

郵便はがき

料金受取人払郵便

松山西郵便局
承認

218

799-2696

愛媛県松山市堀江町7番地
三浦工業株式会社

『軟水生活』Vol.9

読者アンケート&プレゼント係 行

差出有効期間
平成28年12月31日まで

切手不要



キリトリ線

軟水生活プレゼント

お風呂用固形石けん10個セットを
30名様にプレゼント!

デリケートなお肌の赤ちゃんや女性におすすめの無添加純石けん。ミウラの軟水で使えば、きめ細やかな泡立ちで抜群の使い心地です。

今号ではお風呂用の無添加純石けん（固形）10個セットを30名様にプレゼントします。

締め切りは、平成27年7月17日（金）消印有効。ご応募には、左のはがきをご使用ください。当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。



公式ホームページ <http://www.nansui.jp>

公式 Facebook ページ
<https://www.facebook.com/ups.w.miura>

熱・水・環境のベストパートナー

MIURA

三浦工業株式会社
〒799-2696 愛媛県松山市堀江町7番地

※個人情報保護法に基づき、個人情報を適正に管理いたします。

2015.05

3原則を 6つのポイントで活用 食中毒を 撃退しよう！

ジメジメの梅雨から夏は、食中毒が増える時期。
「つけない」「増やさない」「やっつける」
この“食中毒予防の3原則”で食中毒を撃退！



「つけない」「増やさない」「やっつける」 “食中毒予防の3原則”

食中毒とは、飲食によって起きる下痢、腹痛、発熱、おう吐などの症状の総称です。主な原因には「細菌」と「ウイルス」があります。細菌は温度や湿度などの条件がそろうことで、食品の中で増殖。一方、ウイルスは食べ物を通じて体内に入ってから増殖します。高温多湿の梅雨から夏にかけては、

細菌の増殖に適した環境のため、これによる食中毒の発生が増加します。

それでも、ちょっとした心がけで予防できるのが食中毒。そのカギとなるのが「つけない」「増やさない」「やっつける」“食中毒予防の3原則”です。

食中毒予防の3原則



6つのポイントで3原則を実践！

O157やサルモネラ、ウエルシュ菌、ノロウイルスなど食中毒の原因となる細菌やウイルスにはさまざまな種類がありますが、共通する特徴を持っています。この特徴から弱点を狙って3原則を実践していくことが食中毒予防につながります。

食品を購入してから、調理して、食べるまでの6つの段階ごとに、その実践法を紹介します。

食中毒を引き起こす細菌とウイルスの共通点

- ・高温多湿な環境で増殖が活発になる。
- ・10℃以下では増殖は遅くなる。
- ・-15℃以下では増殖が停止する。
- ・ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅する。
- ・食品の味やにおいを変えることは、ほとんどない。

1▶▶ 買い物

- ・消費期限を確認する。
- ・肉や魚などの生鮮食品や冷凍食品は最後に買う。
- ・肉や魚などは他の食品に汁がつかないように分けてビニール袋に入れる。
- ・寄り道をしないで、すぐに帰る。

2▶▶ 家庭での保存

- ・冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に保管する。
- ・肉や魚はビニール袋や容器に入れ、他の食品に肉汁などがつかないようにする。
- ・肉、魚、卵などは、取り扱う前後に必ず手指を洗う。
- ・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保つ。
- ・冷気の循環が悪くなるため、冷蔵庫や冷凍庫に詰めすぎない。

3▶▶ 下準備

- ・調理の前に石けんで丁寧に手指を洗う。
- ・野菜などの食材は流水できれいに洗う(カット野菜もよく洗う)。
- ・生肉や魚などの汁が、果物やサラダなど生で食べるものや調理の済んだものにかからないようにする。
- ・生肉や魚、卵を触ったら手を洗う。
- ・包丁やまな板は肉用、魚用、野菜用と別々にそろえて使い分けると安全。
- ・冷凍食品の解凍は冷蔵庫や電子レンジを利用し、自然解凍は避ける。
- ・冷凍食品は使う分だけ解凍し、冷凍や解凍を繰り返さない。
- ・使用後のふきんやタオルは熱湯で煮沸した後、しっかり乾燥させる。
- ・使用後の調理器具は洗った後、熱湯をかけて殺菌する(特に生肉や魚を切ったまな板や包丁)。台所用殺菌剤の使用も効果的。

4▶▶ 調理

- ・調理の前に手指を洗う。
- ・肉や魚は十分に加熱。中心部を75℃で1分以上の加熱が目安。

5▶▶ 食事

- ・食べる前に石けんで手を洗う。
- ・清潔な食器を使う。
- ・つくった料理は、室温のまま長時間放置しない。

6▶▶ 残った食品

- ・残った食品を扱う前にも手を洗う。
- ・清潔な容器に保存する。
- ・温め直すときも十分に加熱。
- ・時間が経ちすぎたものは思い切って捨てる。
- ・ちょっとでもあやしいと思ったら食べずに捨てる。

資料：政府広報「食中毒を防ぐ3つの原則・6つのポイント」(http://www.gov-online.go.jp/featured/201106_02/index.html)、厚生労働省「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」(<http://www1.mhlw.go.jp/houdou/0903/h0331-1.html>)、厚生労働省「腸管出血性大腸菌Q & A」(http://www1.mhlw.go.jp/o-157/o157q_a/index.html)、厚生労働省「ノロウイルスに関するQ & A」(http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/kanren/yobou/040204-1.html)、東京都福祉保健局「暮らしに役立つ食品衛生情報」(<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shokuhin/rensai/no01.html>)

食中毒が疑われたら Q&A

Question

おう吐や下痢の症状があらわれたら、速やかに市販のおう吐止め、下痢止め薬を飲んだほうがいい。

Answer



おう吐や下痢は細菌や毒素を体内から排出する体の防御反応です。症状が悪化する危険があるため、市販の下痢止めなどの薬を自己判断で服用しないようにしましょう。

Question

もっと気持ち悪くなるから、なるべく飲食はしないほうがいい。

Answer



体力の弱い乳幼児や高齢者などはおう吐や下痢により脱水症状になりやすく、体力消耗にも注意が必要です。少しずつでも、水分と栄養の補給をまめに行いましょう。

Question

おう吐と下痢で苦しくても、時間が経てば治るはずだから病院には行かなくてもよい。

Answer



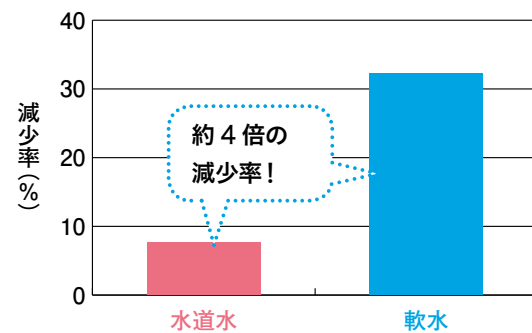
食中毒の中には腸管出血性大腸菌のO157のように重症化すると死に至るケースもあります。おう吐や下痢など食中毒が疑われる症状があらわれたときは、速やかに医師の診断を受けるようにしましょう。

ミウラの軟水でしっかり手洗いを

食中毒予防で手洗いは不可欠なポイント。ミウラの軟水で手洗いすれば水道水で洗うよりも手に付着した細菌数を減らすことができます。それは、ミウラの軟水が石けんカスをつくらず、石けんの洗浄力を引き出せるからです。

手洗いの回数が増えれば増えるほど、肌に負担がかかりますが、肌に優しいミウラの軟水なら手荒れも軽減できます。食中毒予防と手荒れ予防の一石二鳥ですね。

手洗いによる細菌の減少率比較試験



純石けんとミウラの軟水または水道水（硬度80 mg/L）を使用して手洗した後、手指の細菌を回収。菌数を測定し、手洗い前の菌数からの減少率を算出した。

軟水紀行 たるみず 垂水温泉

鹿児島県
垂水市

「垂水温泉」は、錦江湾（鹿児島湾）に面した垂水市に湧く温泉です。高隈山系を源に地底から湧き出る軟水の温泉水は、健康飲料水として市の特産品にもなっています。

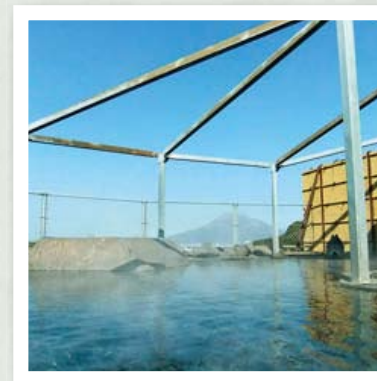
桜島と錦江湾を望む まろやかな軟水温泉

「薩摩明治村」は桜島と錦江湾が目の前に広がる垂水市の高台にあり、眺望はバツグン。軟水の温泉が日帰りでも楽しめる垂水温泉の人気スポットです。硬度10mg/L以下の天然アルカリ性の軟水温泉が楽しみ、お湯に浸かれば、しっとりとした肌触りを実感できます。

「露天風呂」「ゆず風呂」「化粧水風呂」「家族風呂」「五右衛門風呂」5種類の温泉は全てが源泉かけ流し。趣向が異なる温泉をぜひたくに堪能できます。



桜島、錦江湾が一望できる薩摩明治村からの眺望。



「露天風呂」からも庄巻の絶景が。



化粧水「財宝の美水」がふんだんに使われている「化粧水風呂」。



天然木を使ったなつかしの「五右衛門風呂」。



南国ムードあふれる展望台。

軟水仕立ての薩摩の味覚を味わう

豊かな緑に囲まれる広大な敷地の薩摩明治村。ヤシの木が茂り、南国の雰囲気漂い、日常から切り離されたたくろぎの異空間。

近隣には温泉熱と温泉水を利用したマンゴーの農場があり、栽培の様子を見学できます。

また、すべての料理に硬度4mg/Lの天然アルカリ温泉水「財宝」を使用。湯上りには、この水で仕立てられた旬の地元の食材も味わえます。

DATA 財宝健康保養センター 薩摩明治村

所在地：鹿児島県垂水市浜平 629 ☎ 0120-000-323（フリーコール）

【宿泊】基本料金：大人 14,000 円、小学生 10,000 円（平日は大人、小学生ともに基本料金から 10% 割引）

【日帰り】営業時間：午前 8 時～午後 10 時（清掃時間有）

入浴料：大人 390 円、小学生 190 円、家族風呂 1 時間 1,500 円

※宿泊基本料金は 1 泊 2 食付 ※家族風呂の利用は要予約

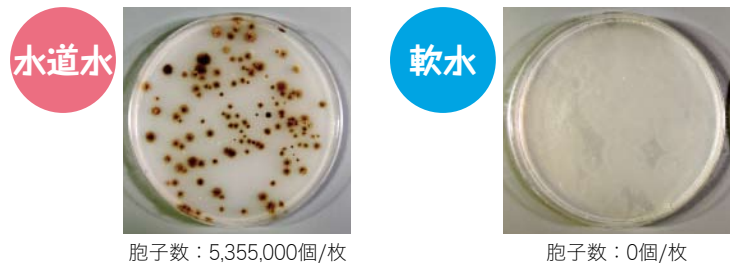
「ミウラの軟水のおかげで
浴室や洗濯槽の掃除が楽になった！」
その理由に迫ります！！

梅雨に入ると増えてくるのがカビですね。
でも、ミウラの軟水を使い始めてからカビを見かけなくなったような……。
そうです。確かに

ミウラの軟水はカビを繁殖させにくくします。

では、その理由を検証してみましょう。
まずは、ミウラの軟水と水道水を使って水まわりのカビの一つである黒カビの生育を比べてみたところ、1か月後に、驚きの結果があらわれました！

ミウラの軟水と水道水の黒カビ生育比較試験



シャーレに0.05%石けんを含むアガロース培地をつくり、200個の黒カビ胞子を塗布。25℃で30日間静置して、シャーレ1枚あたりの胞子数を計数。培地に使用する水をミウラの軟水と水道水(硬度91 mg/L)で比較。

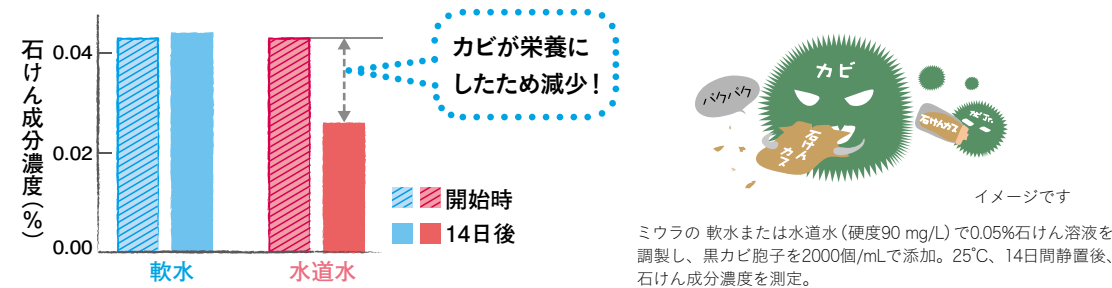
水道水と石けんのシャーレにはカビが生育し、胞子の数は535万5000個に！！
それに対してミウラの軟水と石けんではカビが見られませんでした。その理由は、

カビが石けんカスを栄養源として生育していたから。

石けんにはカビを減らす働きがありますが、石けんカスは、カビを減らさないどころか、カビの栄養となるのです。

次の試験ではミウラの軟水と水道水の石けん溶液に黒カビを入れた後の石けん成分濃度の変化を調べました。

黒カビを入れた石けん溶液の石けん成分濃度の変化



水道水は石けん溶液の中に石けんカスをつくります。それをカビが栄養にしたため、石けん成分濃度がガクンと減少していました。

ミウラの軟水はカビの栄養源をつくらないからカビを繁殖させていなかったんですね。

標高1200メートルに湧く軟水が炭酸飲料に！？
治部坂(じぶざか)高原 銀命水サイダーと銀の雫

長野県南部に広がる標高1200mの治部坂高原。この高原に湧く「銀命水」は、豊かな自然と澄んだ空気に育まれた硬度12mg/Lの軟水です。飲料水のほか飲食店などの料理やコーヒーなどにも使われ、好評を博していました。長野県阿智村商工会が銀命水を使ったサイダーづくりを始めたのは2010年のこと。翌年2011年に「治部坂高原 銀命水サイダー」として商品化しました。北海道産の天然素材ビートグラニュー糖を使用し、すっきりした甘さと微炭酸が特徴で、幅広い年齢層から支持されています。

また、阿智村商工会は「お酒で割りたいのだけれどサイダーでは……」との要望にも応え、銀命水でつくった炭酸水「銀の雫」を2014年夏に発売。特殊な製法で超微粒炭酸水に仕上げた「銀の雫」は驚くほどにやさしい口当たり。炭酸がしっかりと水に溶け込んでいるため、お酒と割っても最後まで炭酸を楽しめます。



写真左 銀命水サイダー 330mL 324円(税込価格)
写真右 銀の雫 300mL 432円(税込価格)
☎ 銀命水サイダー ginmeisui2011@gmail.com

軟水アンサー

本誌に寄せられたご質問に
お答えするコーナーです。

Q. ミウラの軟水に入浴剤を使わないほうがいいのですか？

A. 一般的な入浴剤の多くは、硬度成分のカルシウムやマグネシウムが含まれています。このような入浴剤を入れると、軟水ではなくなってしまいます。軟水のメリットを損なわずに入浴剤を楽しむなら、硬度成分が入っていないミウラの通販商品『潤肌美人』がおすすめです。

Q. 使い始めと比べて、軟水の違いが実感できないのですが？

A. 軟水での生活に慣れたためと考えられます。外出先で入浴された際に、水の違いを再認識されるお客様も多いようです。なお、軟水器の故障が疑われる場合は、最寄りの軟水ライフメンテナンス課(フリーダイヤル：0120-39-1245)までお問合せください。

キリトリ線



本誌や「軟太郎」「美肌っ子」などお使いの商品へのご意見、ご感想、ご質問をお書きください。

イラスト・写真・川柳……何でもご自由にお書きください。(任意)

ペン
ネーム※

性別 男・女 年齢 20代以下・30代・40代・50代・60代以上

※『軟水生活』掲載時のペンネームです。記載のない場合は、イニシャルを掲載します。