



梅雨の季節になりました。湿度、不快指数も上がりますが植物には恵の雨です。規則正しい生活をし、夏に向けて体力をつけて頑張りましょう。

## 食中毒の変化は食習慣の変化

毎年2～3万人は患者が発生し、一向に減少する様子がない食中毒。しかし、その中身は時代とともに変化しています。例えば、原因菌の種類を見てもみますと、かつては腸炎ビブリオ、ブドウ球菌、サルモネラ属菌が三大食中毒として挙げられていましたが、十年ほど前から、その割合は変わってきています。

というのも、かつて日本人はたんぱく源の多くを魚介類に求めていたため、上記三大食中毒の中でも、魚介類と密接に関わる腸炎ビブリオによる食中毒が圧倒的でした。しかし、近年の食生活の欧米化で、若者を中心に魚離れが進み、乳・肉・卵類を食材とする料理や洋菓子が好まれるようになってきました。

それにともない、食中毒の原因菌の中でも、サルモネラ属菌やウェルシュ菌、カンピロバクター菌等、牛、豚、鶏など、家畜・家禽類の腸管に由来する菌が増加しており、食中毒の原因菌と食生活との間に密接な関係があることを示しています。食中毒とは食習慣を映す鏡とも言えるのです。

## koichiコラム

「北風と太陽」という物語をご存じだろうか。旅人のがいとうを、どちらが先に脱がせるかという物語です。北風が自信たっぷりに、これでもかこれでもかと旅人に向けて風を吹きつけ脱がせようとするが、旅人は逆に吹かれれば吹かれるほどしっかりと飛ばされないように体に巻きつけ、北風は力で強引にがいとうを脱がすことができず、結局太陽が暖かな日差しを送り、暑くなった旅人は自らがいとうを脱ぎ捨て太陽の勝ちという内容のごく普通の童話ではあるが実によく真理を突いていると感心する。とかく人を指導するときや動かす時に頭ごなしや力づくという事を多々みかけます。やはり自ら行動を起こさせる様に持っていく事が肝心で、押しつけだけで人を動かす事は難しいものです。社会生活や子育てをする中でこの物語をよい教訓として活かす事ができれば、より良い子育て、より良い社会が築けると思うのだが？

### お知らせ

#### 第6回

別府中央病院健康教室

内容「頭痛」について

日時 7月13日(金曜日)

午後2時より

場所 北的ヶ浜公民館

講師 金馬先生(脳神経外科)  
言語聴覚士  
脳のトレーニングを行います。

