



紹介者 製造部 製造課 田村英幸さん

▼どんな会社ですか  
鶏肉の生産や加工、販売を行っている会社です。従業員同士の壁を作ることなく、コミュニケーションを取り合うことのできる「風通しの良い」会社です。

▼どんな仕事をしていますか  
1日6万3000羽の鶏を処理し、生産された鶏肉から1枚当たり180〜200gの切り身を1万パック作っています。

▼仕事で心掛けていることは  
食品を扱っていますので、安心して購入していただけるように衛生面はもちろんですが、社員の安全面にも気を配り、両者の役に立てるようにと心掛けています。

▼やりがいを感じることは  
直接購入する人と顔を合わせることはありませんが、継続して注文をいただいていることは、これからも良い商品を作る励みになります。

▼今後目指していくことは  
お客さまの増量ニーズに応えながら、安全・安心で質の高い商品食卓に届け、豊かな食生活に貢献したいです。

## まちの企業探検隊 ⑭ 岩手農協チキン フーズ株式会社 企業人による会社紹介

所在地 平笠19-50-2  
資本金 8,500万円  
代表者 工場長 田之岡茂美  
設立 平成元年2月  
従業員数 410人  
電話番号 ☎76-3441  
事業内容 鶏肉の処理加工および製品の生産販売  
主な取引先(順不同) 全農チキンフーズ(株)、(株)ニチレイフレッシユ、日本ハム(株)など

ノロウイルスにご用心  
ノロウイルスは、冬季を中心に発生する感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。感染力が非常に強く、ごく少量のウイルスでも口から体内に入ることで感染します。

◆感染するとどうなる？  
潜伏期間(感染してから発症するまでの時間)は24時間から48時間で、主な症状は、おう吐、下痢、腹痛、軽度の発熱です。抵抗力の弱い乳幼児や高齢者は症状が重くなることもあります。

症状が治まった後も数日間長い人で1カ月近くは、ウイルスがふん便と一緒に排せつされるので、人につつきない注意が必要です。

もし、おう吐や下痢などの症状があれば、早めに医療機関を受診しましょう。

◆手洗いや消毒で感染予防  
①手洗いの徹底 外出後、トイレの後、調理の前や食事の前には手を洗いましょう。石けんを十分泡立て、手首から指先まで丁寧に洗い、流水で洗い流すことが大切です。洗い終わったら、清潔なタオルで拭き取ります。

ルや紙タオルで手を拭きましよう。

一口メモ  
①は特に洗い残しが多いので注意

②食品は十分加熱 食材(特に原因となりやすい力キなど二枚貝)は、中心部まで火が通るように、85度以上で1分以上しっかりと加熱しましょう。

③調理器具の消毒 まな板や包丁、ふきんなどは熱湯消毒または0.02%に薄めた次亜塩素酸ナトリウム(家庭用漂白剤でも代用できます)で消毒しましょう。

④患者のふん便やおう吐物には直接触れない 患者のふん便やおう吐物を処理する際は、使い捨て手袋やマスク、エプロンを付けて処理をしましょう。処理した後は、手洗いやうがいを忘れずに。

## 保健のひろば

☎・内線1151 市役所保健課

## 環境のみらい

☎・内線1137 市役所市民課

## 介護のココロ

☎・内線1181 市地域包括支援センター

◆「腹式呼吸」を取り入れてみませんか  
普段何気なく呼吸しているのが、肋骨を広げる胸式呼吸ですが、息を吸う時におなかをふくらませ、息を吐く時におなかをへこませるのが腹式呼吸です。腹式呼吸は、胸式呼吸の3倍以上の酸素を取り込むことができます。酸素が体に十分に行き届くとリラックスでき、また、整腸作用や肩こり・冷え性・心の病などの改善に効果があるといわれています。おなかの筋肉を使って呼吸するので、腹筋が鍛えられ、腰痛予防にもなります。おなかに意識を集中し、「ゆっくり吐く」ことを目標に、腹式呼吸にチャレンジしてみましょう。

①両手をおなかに当て、口から肺の中の空気を出し切る感じでおなかをへこませながら息を吐く。

②おなかをふくらませながら、鼻からゆっくり息を吸う。※朝や寝る前に5〜10回行うと効果的です。



◆賢く乗り切ろう冬の省エネ  
夏に続き、冬も電力不足の恐れがあります。日常生活に支障がない範囲で省エネに協力願います。

◎暖房の設定温度は適切に  
設定温度は控えめにし、暖かい空気を循環させましょう。こたつは上掛けや敷布団を調節しましょう。日中はカーテンを開けて太陽光で室内を暖め、夜はカーテンを閉めて窓からの冷気を遮断しましょう。

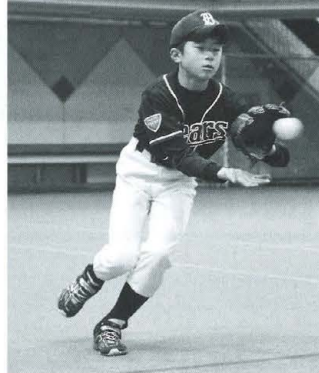
◎家電製品のこまめなオンオフ  
人がいないときはこたつや照明を消しましょう。待機電力節約のため、テレビは主電源を切り、長期間使わない家電製品のコンセントを抜きましょう。

◎重ね着を利用しよう  
靴下を履くと体感温度は上がります。上着は厚手の物を1枚着るよりも、薄手の重ね着が効果的です。

◎入浴のポイントはシャワーとドライヤー  
シャワーの出しっぱなしに注意しましょう。ドライヤーを使う前に、髪をタオルでよく拭きましょう。



ご飯を1日中保温するよりも、食べる時に温めた方がおいしく、省エネにもなります。



アリーナまつおでは、ノックなどの守備練習を行います

子どもたちがスポ少に入ってくれるのが願いです。

■練習日時・場所  
【4〜10月】毎週火・木曜日 午後4時半から7時まで、毎週土・日曜日 午前9時から正午まで、柏台小学校校庭  
【11〜3月】毎週土曜日、午前9時から正午まで、柏台小学校体育館・アリーナまつお  
詳しくは、同スポーツ少年団事務局・大橋裕子(☎78-2449)まで。



寒さに負けず「元氣よく、いつも全力プレー」がモットーの団員

## 柏台スポーツ少年団

No. 19  
柏台スポーツ少年団

柏台スポーツ少年団は、昭和55年4月に活動を始めました。これまで県大会に出場したこともあります。現在は、小学校2年生から6年生まで14人が所属。冬期間は室内での体力づくりが中心ですが、アリーナまつおで練習するときは、キャッチボールやバッティング、ノックなど基礎練習も行っています。

活動では、体力の向上はもちろん野球などを通してスポーツの素晴らしさや団体行動の大切さを伝え、礼儀や仲間への思いやり、周りの人への感謝の気持ちを持つ社会人に育ってほしいと思います。たくさんの子