

食中毒かな？と思ったら

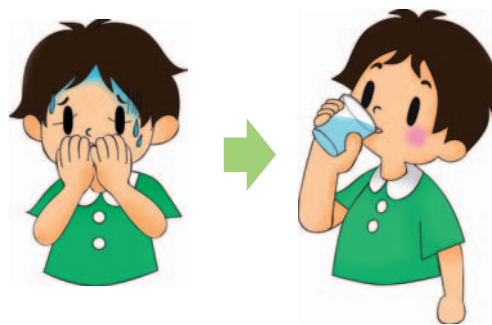
- 注意はしていても食中毒になってしまうこともあります。
下痢でひんぱんにトイレへ行く、吐き気がする、くり返し吐く、というような症状が出たら、お医者さんにみてもらいましょう。



- 食中毒はできるだけ早い治療ちりょうを受けることにより、病気を軽くすることができます。
思い当たることがあれば、お医者さんに聞いてみましょう。



- 特に、吐いたり下痢をしている人は、水分を多くとるようにしましょう。



- ※食べてから病気になるまでに長い時間がかかるものもあり、実際には食中毒にかかっているにもかかわらず「カゼかな？」と気がつかないということもあります。

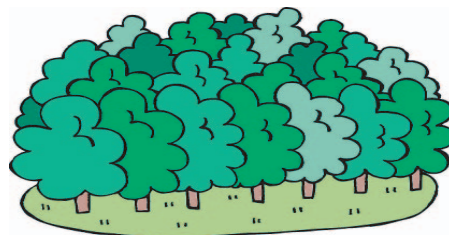


細菌のまめちしき

—— 自然界にはとてもたくさんの細菌がいます ——

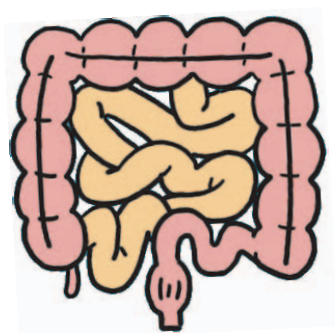
私たちが住んでいるこの地球上には、とてもたくさんの細菌がいます。たとえばスプーン1杯の土の中には数十億個の細菌がいるといわれています。

それらは自然界にとってなくてはならない存在です。山や森や林の土がやわらかくほくほくしているのは、細菌などの働きによるのです。



—— 人の体の働きを助ける細菌 ——

人の体の中にも常に細菌がいて、体の働きを助けています。



それらの細菌は、食べたものからエネルギーやその他の体に必要な成分を吸収するのを助けたり、体内に入ってきた悪い細菌から体を守ったりしています。

—— 暮らしの中の細菌 ——

自然界に存在する細菌は私たちの暮らしの中でたくさん利用されています。

ゆでた大豆の中でなっとう菌が増えて、なっとうができます。みそやしょう油、酒などはこうぼ菌の働きが利用されています。乳酸菌にゆうさんの働きがなくては、つけものやヨーグルト、チーズをつくることはできません。

