

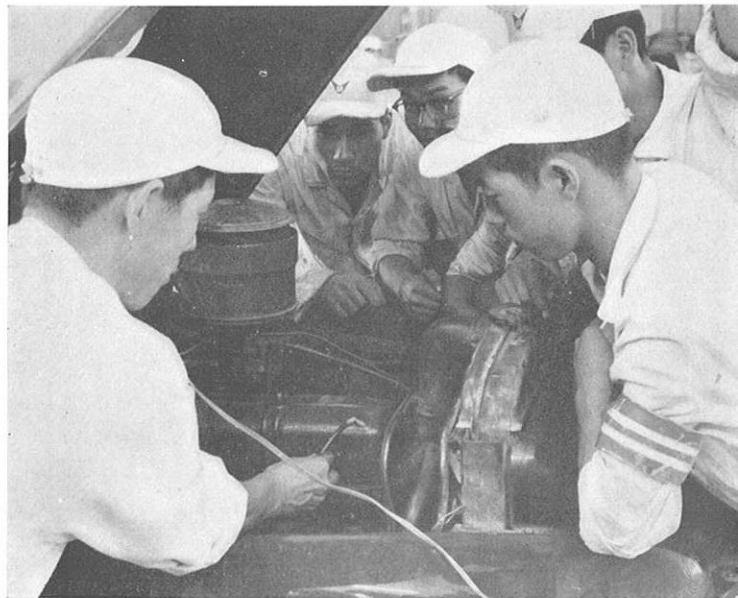
熊本総合職業訓練所の全景



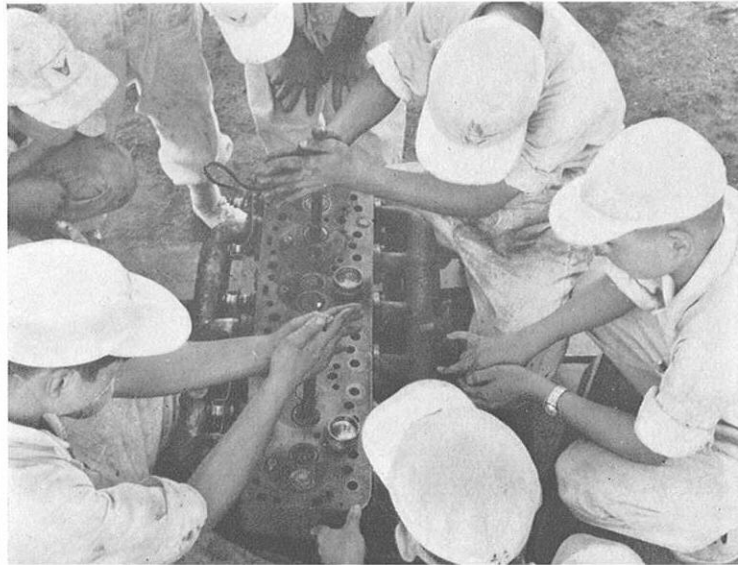
カメラスケッチ

熊本総合職業訓練所

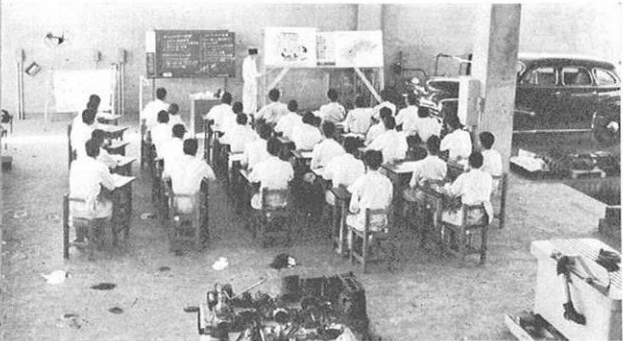
▼ 自動車エンジンの分解修理実習……(その1)



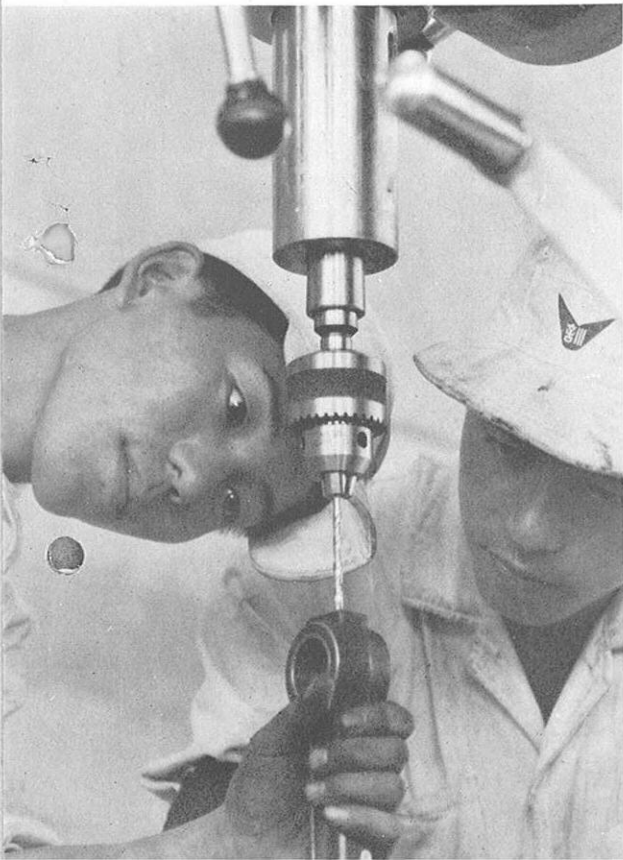
▼ ……(その2)



▼ 今日はエンジンの分解組立ての勉強



▼ ドリルにそそぐ瞳も若々しい



△国体シリーズ▽ 国体と衛生

1. 国体献立は
2. 国体と食中毒
3. やめよう犬の放し飼い

国民体育大会はスポーツの祭典です。全国各都道府県からいわば選手のみなさんを集めてのお祭です。お祭にお客さんを招待するので、きれいな環境で、できるだけ馳走をして、心から欲待したいものです。

ご馳走をするといつても、それがかえって、健康状態をみだしたり、食中毒の原因になつたりしては選手の方々に真に申訳ないことです。各選手の方々が同じコンディションで力一ぱい活躍の出来るような、栄養上充分な食物で、嗜好も運動選手に最も適する食事にしたいたいです。

第一に考えねばならぬことはきめられた経費で、どれだけ食べて貰つたらいいかということです。この栄養量については文部省内日本体育協会で男子、女子選手の差別なく、一日栄養量の最低基準を示しています。即ち熱量として四〇〇〇

カロリー、蛋白質二〇〇瓦、脂肪五〇瓦以上、カルシウム〇・八瓦、鉄一〇ミリグラム、ビタミンA、四、〇〇〇国際単位、ビタミンB₁二・〇ミリグラム、ビタミンB₂二・〇ミリグラム、ビタミンC六五ミリグラム以上は給与するようにしようと云うことです。この栄養所要量は運動の種類によつて多少の相異はありますが、大体野球やバスケットボールの選手が試合出場の際の一日消費量でありま

す。それで国民体育大会熊本県実行委員会では選手に充分な栄養を給与し、食品衛生上からも安全で、そして運動選手の嗜好を考慮した標準献立表五日分を作成致しました。選手、監督の方々が宿泊する旅館や宿泊所におきましては標準献立表五日分を適当に組合せて実施して下さい。

献立表はどんな点に注意するか

- 1 在来の旅館料理でなく、野菜をできるだけ多く用いて、朝、昼、夕毎回食が合理的になつていて、家庭の雰囲気味わつてもらうような献立です。
- 2 米は一日一人あたり八四〇瓦(六合)で、それに二瓦の強化米(厚生省許可)を混ぜて炊いて、どんぶりに盛りきりで給与しないで、おかわりができるようにして下さい。
- 3 味噌汁の味噌は強化味噌(厚生省許可)を用いて、おかわりのできるようにして下さい。

- 4 食物の味つけは、運動選手が一般に濃厚な味を好むものですから、油、塩、醤油、砂糖、酢等で濃厚な味にすること。
- 5 朝、昼、夕の毎回食に果物をつけて充分なビタミンCがとれるようになっていきます。
- 6 国体の標準献立表は「国体の食事」という冊子として多数印刷して、各保健所に送付してありますので、地方の保健所から配布をうけるとともに、実地指導講習を受けて下さい。

2 国体と食中毒

食品衛生に対する関心が高まつたせい、か食中毒が昨年より非常に減つたという例年にみない状況でしたが、こゝ数日中につきつきに数件の食中毒が重なつて発生しています。このまゝでゆくと国体開催期の秋の食中毒のシーズンを目の前に控え、相当の食中毒をみるのではないかと赤いシグナルというところですね。

◇食中毒の多い時期

例年の中毒発生状況をみてみますと八月の終りから十月の終りにかけて、食中毒が定期的に一番多く発生しています。全体の食中毒の大半はこの時期に発生している現状です。日中は真夏と同様な暑さで、食品取り扱いの不注意により食中毒菌の繁殖に最も適した時期なのです。

◇新鮮な原料と確かな調理

一般的にいって、食中毒を防ぐには、まず使用する原材料は新鮮なものを使用することです。次にこれら食品の調理、加工にあつては、充分熱を通す等の完全な調理をすることが必要になります。食品の保管にはよく注意してネズミ、ハエ、油虫等から守ることが大切です。

清潔、迅速、低温、手洗

食品を取扱うにあつては、清潔といふことが大切。特に器具、食器についての保潔と、料理ができてから人の口に入るまでできるだけ迅速に取扱うことが、汚染の機会も少なくすることに成ります。これと平行して食品は少くとも摄氏一〇度以下の低温に保つことが望ましい。

食品の取扱については一にも二にも手洗いといふことを肝に銘じて下さい。

3 やめよう、犬の放し飼い

さる七月末日から実施になりました犬取締条例によつて、犬を飼つておられる方たちのご協力で、最近はいわゆる放し飼いの犬もなくなりつつあります。又飼犬による色々な被害もだんだん少なくなつてきたようです。

国体開催の前には全国各地からたくさんの方が訪れますが、飼犬の放し飼ひによつて色々な害が起らないようしたいものです。国体旗のカラーや自転車レースのコースにあたる地方の飼犬の管理には特に注意して下さい。

(衛生部)