

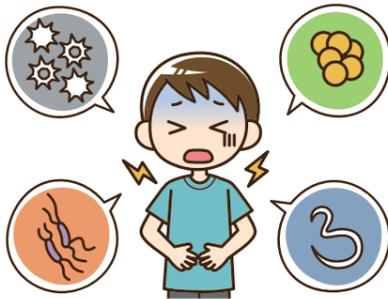
食中毒の話

宮崎生協病院 初期研修医 / 荒武 諒河

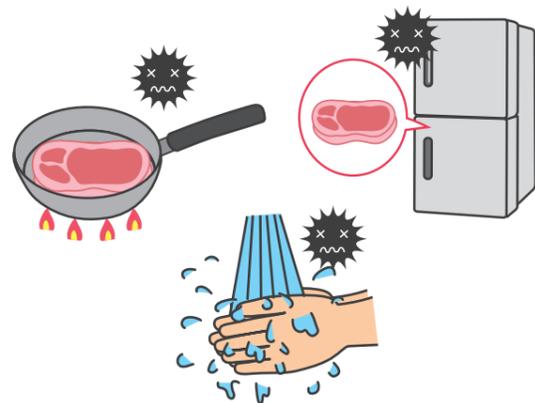


○食中毒とは

食中毒と聞くとO-157やアニサキスなどを思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか？食中毒には最近やウイルス、寄生虫によるもの、細菌が作り出す毒素によるもの、キノコやフグの毒によるものといった様々な原因があります。少し前にニュースになった黄色ブドウ球菌性の食中毒は、菌による感染ではなくて菌が作る毒素によるもので、加熱によって菌を死滅させても毒は残ってしまう厄介な食中毒です。



○食中毒を防ぐには



原材料、製品などの保存温度	
食肉・食肉製品	10℃以下
殻付き卵	10℃前後
生鮮果実、野菜	10℃前後
生鮮魚介類	5℃以下
冷凍食品	-15℃以下

加熱がない食中毒の話をしたばかりですが、大半の食中毒は加熱調理によって予防をすることができます。食品の中心部まで十分に加熱しましょう。(75℃以上で1分以上)

先ほど挙げたブドウ球菌性の食中毒は、調理時に手洗いを徹底し、更に手に切り傷などがある場合は使い捨ての手袋を付けることで予防をすることができます。加熱や手指消毒はしっかり行いましょう。



これから冬になり、いろいろなものがおいしい時期を迎えます。しかし、まだまだ気温は高く食中毒になりやすい季節でもあります。生ものを冷蔵庫に入れずに放置すると、食中毒の原因である細菌が繁殖しやすくなってしまいます。調理後の料理も、速やかに食べるか、保存する場合は冷蔵庫に入れるなど、温度を下げる工夫が必要です。できる限りの予防はしっかりしていきましょう。

私の好きな本

宮崎生協病院
内科医師 永友 英之

「百年の孤独」



(ガルシア=マルケス 著)

間違いなく好きな本です。ただ、「ぜひ読んで下さい」とはとても言えません。それは、私自身読破できていないからです(!!)。今、イスから落ちそうになった方には本当に申し訳なく思いますが、何もしてあげられないので、そのまま読み進めて下さい。小説の長さ、登場人物の複雑さ、ストーリーの訳わからなさ(と私自身のミーハーさ)手軽に読める他の本に走りがち(が)が読破できていない理由ですが、実は最後の理由以外は、この本の大きな魅力でもあります。

話は、マコンドという中南米の架空の村に組の夫婦が移り住んで、開墾するところから始まり、やがて子孫を作り、住民が住み、村は繁栄するが、百年後に何かが起こって歴史は劇的な最後を迎える(私も何が起るかわかりませんが)、という話です。それを、最初に移り住んだブエンディア一族(以下「ブ一族」)を中心に書かれています。冒頭にブ一族の家系図が書かれています。が、名前にアルカディオとついている人が六人、アウレリャノとついている人が六人(十七人)と、訳が分かりません。そしてストーリーも、死んだ人が生き返ったり、幽霊が出たり、突然女性が天に昇って消滅したり、雨が四年十一月と二日降り続いたりなど、現実とは思えないことが次々と起こるのですが、それは全体の話に関係あつたりなかったりします。そしてマコンドの住民は何事もなかったかのようにこの現実を受け入れます(もちろん喜怒哀楽はそれぞれにあるはずですが、心理描写があまりなく、取った行動が淡々と書かれているので、それがわかりにくい)。その結果、解説で筒井康隆が書いているように、「読者は小説世界内での現実的事件と超現実的事件の区別がつかなくなってしまう」状態になります。本当になります。「この目くらましこそがマジック・リアリズム」と呼ばれています。この混乱が結構気持ちよかったです。

ちなみに、私は最初全く歯が立たず、解説本にかなり頼りました。友田とん著『百年の孤独』を代わりに読む』は、百年の孤独のあらすじを紹介しながら、ドリフターズのコントや落語粗忽長屋の話など、どんな話が脱線していきます。結構適当に読んでもいいんだな、と安心させてくれる本です。また、「世界文学を読みほぐ」という本で著者の池澤夏樹は「百年の孤独」を扱っているのですが、こちらは先ほどの本とは違って精緻に読み進めていく感じですが。彼はインターネット上で「百年の孤独読み解き支援キット」を無料公開しているの、それかなり参考になると思っています。結末のネタバレも出てくる場所があるので、それがイヤな方は(私は少し知っていました)、記憶に残さないようにしましょう。そんなことできるのかって？ 大丈夫です。あまりの本の長さに、読んでいくうちに忘れるはずですから。

