

# 家庭でできる食中毒予防

細菌が原因となる食中毒は、気温や湿度が高くなる夏場(6月～8月)に多く発生します。

この時期は食品が傷みやすく、日頃からの予防が大切です。手洗いや食品の扱い方、保存方法など、基本的な対策を意識して取り組むことが、食中毒の予防につながります。

## 細菌性食中毒予防の 3 原則

### 細菌を食べ物に「つけない」

- ◆食品を扱う前・食事の前には手を洗いましょう
- ◆清潔な調理器具を使い、清潔な食器に盛り付けましょう
- ◆生で食べる食品はしっかり洗いましょう



### 食べ物に付着した細菌を「増やさない」

- ◆食品を購入した後は速やかに冷却し、適正温度で保管しましょう
- ◆食品が傷まないように調理は迅速に行いましょう
- ◆食べ切れなかった料理は冷めてから小分けして保存しましょう



### 食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」

- ◆加熱して調理する食品は中心部まで十分に加熱しましょう
- ◆定期的に調理器具の熱湯や塩素系漂白剤で消毒を行いましょう
- ◆キッチン全体を常に清潔に保ちましょう



### 教室での取り組み

- ・おやつ、昼食前に声かけし手洗いの徹底をしています
- ・飲食前後のテーブルのアルコール消毒をしています。
- ・お弁当購入し、食べ残した時は処分しています。

