

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

- ・外から帰ったとき、ごはんの前、おやつのはっきり手洗いを促します。
- ・お弁当の温度管理や調理イベントで扱う食材冷蔵保存など徹底して参ります。
- ・キッチンや流しの清掃、使用前後の調理器具の洗浄もしっかり取り組んで参ります。

