

「食中毒を起こさないために」

食中毒の発生は梅雨時に多いと思いがちです。しかし、冬から春にかけても多く発生しています。特に「ノロウイルス」による食中毒がとても多く、1年を通して予防に取り組む必要があります。

～食中毒予防の原則・気を付けるポイント～

・細菌を食べ物に
「**つけない**」

★手洗い・・・

・食事を作るとき、食べるときは必ず手を洗いましょう



・食べ物に付着した細菌を
「**増やさない**」



★肉魚の保管方法・・・

・ビニール袋や容器に入れましょう。
・肉汁などがほかの食材にかからないように注意しましょう。



・食べ物や調理器具に
付着した細菌を
「**やっつける**」



★食品を加熱するとき・・・

・食品の中心部まで十分に加熱しましょう。



★食事を作り置きする場合・・・

・よく冷ましてから小分けにして冷蔵庫へ保管しましょう。

調理師 今井