



▲食中毒予防  
詳しくはこちら

特集2

# 食中毒を防ごう!

気温や湿度が高くなる夏は、食品の衛生管理に特に注意が必要な時期です。

家庭での食中毒を予防するため、「食中毒予防3原則」を守りましょう。

食中毒を攻略しよう!  
食中毒予防3原則を守るとカードがゲットできるよ!

## つけない



加熱用

生食用

- 器具や食器などは清潔に
- 野菜は流水でよく洗う
- まな板や包丁は食材ごとに分ける
- 料理の保存は清潔な器具と容器を使用
- しっかり手を洗う

## 増やさない



増やさない

- 食材はすぐ冷蔵庫・冷凍庫にしまう
- 冷蔵庫・冷凍庫の中は詰めすぎに注意
- 食品を保存するときは、小分けにして、粗熱を取ってから
- 料理(テイクアウト含む)を長時間常温で放置しない

## やっつけ



- 食品の加熱は十分に!(中心部の温度が75°Cで1分以上、二枚貝などのノロウイルス汚染が考えられる食材は85~90°Cで90秒以上)
- 電子レンジを使うときは均一に加熱されているか確認
- 料理を温めなおすときも十分に加熱



生活衛生係  
安達係長

手を洗うのに、水で濡らしただけやアルコール消毒だけで済ませていないかな?  
手洗いは食中毒や感染症予防の基本中の基本!

正しい手洗いをマスターしよう!

## 正しい手洗いマップ



指輪や時計などははずそう



水で手をぬらして、せっけんを手にとる



あわ立て  
ブクブク



手の甲を  
ゴシゴシ



ゆびの間も  
ゴシゴシ



おやゆび  
ネジネジ



つめと指先を  
ゴシゴシ



手首くるくる



しっかり流して



きれいにふいて  
かわこう

正しい手洗いを  
マスターして、  
食中毒予防  
3原則カードをゲット!  
これで攻略だ~!



生活衛生係職員

