



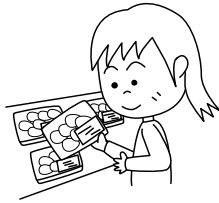
食中毒予防の6つのポイント

国府台保育園 給食室

家庭の中にも食中毒が発生する危険はたくさんあります。
家庭での注意点をチェックし、安全で楽しい食事になるようにしましょう。

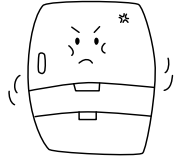
1. 食品の購入

- ① 食品や表示をチェック
- ② 肉や魚は包む
- ③ 寄り道をしない



2. 家庭での保存

- ① 帰ったらすぐに冷蔵庫・冷凍庫に
- ② 肉汁や魚の汁に注意

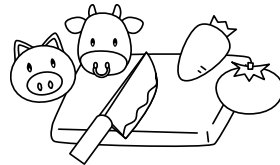
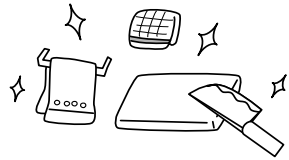


入庫目安：7割
 冷蔵庫の温度：10℃以下
 冷凍庫の温度：-15℃以下

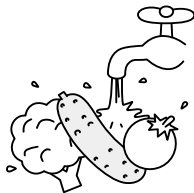


3. 下準備

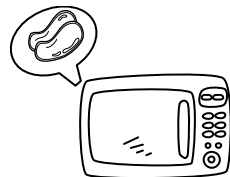
- ① 器具を清潔に保つ
- ② 肉・魚と野菜は分けて管理



- ③ カット野菜も洗浄する



- ④ 正しく解凍



室温で解凍しない
 使う分だけを解凍する
 解凍後はすぐに調理する

4. 調理

- ① しっかりと手洗い

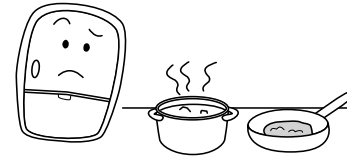


正しい手の洗い方

- 手を濡らし、石鹸をつける。
- 手のひらをこすり合わせて石鹸を泡立てる。
- 指の間、爪と指の間、手の甲もしっかりと洗う。
※ 目安は20秒！
「Happy Birthday」を2回歌うとちょうどそのぐらいです。
- 流水できれいに洗う。
- 乾いたタオルやペーパータオルでしっかりと手をふく。

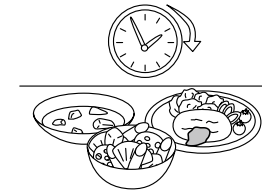
アメリカ疾病対策センター

- ② 調理を中断するときは室温に放置しない
→ 一端冷蔵庫に入れる
- ③ しっかりと加熱
→ 中心まで熱が通るように



5. 食事

- ① 食べる前にもしっかりと手洗い
- ② 室温に長時間放置しない



6. 残った食品

- ① 小分け保存
- ② 食べるときは しっかりと加熱
- ③ 捨てる勇気を持つ

