あじさいの花が色づきはじめ、梅雨の気配を感じる季節です。
この時期は雨の日も多くなり気温、湿度ともに高くなるため、食中毒が起きる可能性が高まります。
日頃から衛生管理をしっかり行い、食中毒の予防をしましょう。

6 月の目標 ： しっかり手を洗おう

～キレイに見えても... じつは... ～

手には目に見える汚れだけではなく、目に見えない細菌やウイルスが付着しています。これらの細菌などは手を介して口や鼻、目の粘膜から体内へと入り、食中毒や感染症などを引き起こす原因となります。
手をしっかり洗い、細菌などを洗い落とすことが、とても大切な予防になります。
食事の前・調理の前・トイレの後・外から帰った時など石けんを使い、洗い残しがちな、爪の間・指の間・手首などに注意しながら、手全体に石けんがいきわたるようにゆっくり、しっかり洗いましょう。

～食中毒を予防していきましょう～

梅雨から夏にかけて食中毒の発生が多くなる時期です。
細菌が付着した食べ物を口にすることで下痢や嘔吐、発熱などの症状が出て、
時には重症化することもあります。
予防法を把握し、ご家庭でもしっかり対策していきましょう。

保存 ⇒ 冷蔵庫の詰め込み過ぎは冷却効果が落ちます
隙間を開けて保存しましょう

調理 ⇒ しっかり手を洗ってから調理を始めましょう
器具は工程ごとに洗ってから次の工程に移りましょう
中心まで十分に加熱し、調理後はなるべく早めに食べましょう
温めなおしも、しっかり中心まで温めましょう

食事 ⇒ 食卓に着く前は石けんでよく手を洗いましょう
指の間、親指、手首など洗い残しがちです
よく泡立て、しっかり洗いましょう

後片付け ⇒ 使用した調理器具は、よく洗いましょう
次亜塩素や熱湯で消毒も効果的です
キッチンは整理整頓・清潔を心がけましょう

食中毒予防の 3 原則は...
菌を“つけない”
“ふやさない”
“やっつける”です。
日頃から、しっかりと
予防していきましょう。