

食中毒を予防

しましように！

高温多湿となる夏、食中毒菌にとっては絶好の環境となります。次の点に気を付けて、食中毒を予防しましょう。

購入

- ・食品は新鮮なものを必要な量、購入する。
- ・生鮮食品を購入したあとは、寄り道せずに持ち帰る。

保存

- ・食品の保存条件を確認し、適した温度で保存する。
- ・冷蔵庫は10℃以下に設定し、詰め過ぎない。
- ・肉や魚の汁が他の食品に付着しようにように保管する。

調理

- ・流し台、食器、調理器具はきれいに洗い、乾燥させる。
- ・生ものを使用した調理器具はしっかり洗う。
- ・料理は中までしっかりと加熱する。

食事

- ・調理済み食品は常温で2時間以上放置しない。
- ・残った食品や料理は清潔な容器に入れ、冷蔵、冷凍で保存する。

手洗いは予防の基本

調理の前、調理中、食事の前、帰宅時、トイレやおむつ交換の後などに手を洗いましょう。

《手順》



1 指輪や時計をはずす



2 手を流水でぬらし、石けんをよく泡立てる



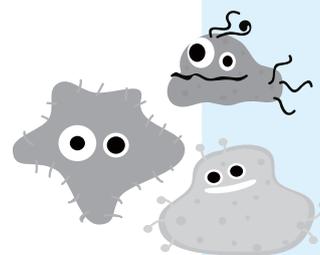
3 手の平、手の甲、指間、指先を洗う



4 手首、ひじまで念入りに洗う



5 流水ですすぎ 清潔なタオルで拭く



下痢や嘔吐の症状が出て、食中毒が疑われるときには医療機関を受診しましょう。

【問い合わせ先】健康対策課 健康増進室 ☎68-5536