

えいようだより

令和2(2020)年 6月
～保護者のかたへ～
おおさかしりつみなみつもりしょうがっこう
大阪市立南津守小学校

しょくちゅうどく き

食中毒に気をつけよう

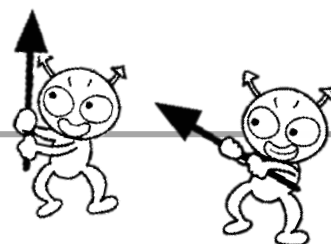
しょくじ まえ てあら
食事の前にも手洗いでできていますか？



しんがた 新型コロナウイルスによる影響で中断されていた給食ですが、やっと子どもたちに給食を提供できるようになりました。1日も早く、子どもたちが楽しい給食時間を過ごせるようになることを願っています。

しんがた 新型コロナウイルスの流行により、衛生面には敏感になられている方が多いかと思いますが、これからの時期、食中毒にも十分気をつけてください。

しょくちゅうどく よ ぼう げんそく 食中毒予防の3原則



① つけない

しょくひん と あつか まえ せっ て あら
食品を取り扱う前に、石けんで手を洗いましょう。

いた ほうちょう にく さかなよう やさいよう わ のぞ
まな板や包丁は、肉・魚用と野菜用に分けるのが望ましいです。使った後はよく
あら かんそう
洗って乾燥させましょう。

② ふやさない

なま た ちよくぜん れいそうこ だ
生ものは食べる直前に冷蔵庫から出すようにしましょう。

しょくひん はや た ほ ぞん ば あい れいそうこ れいとうこ い
食品は早めに食べるようにし、保存する場合はすぐに冷蔵庫・冷凍庫に入れましょう。

③ やっつける

ちょうり きぐ ひょうはくざい ねっとう ていきてき しょうどく
調理器具は漂白剤や熱湯で定期的に消毒しましょう。

ひ とお しょうざい ちい き きりめ い くふう
火の通りがよくなるように、食材を小さく切る、切り目を入れるなどの工夫を
しましょう。

しょくちゅうどく よ ぼう

食中毒予防の6つのポイント



こうにゅう ① 購入

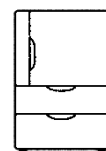


にく さかな やさい せいせんしょくひん しんせん こうにゅう
肉、魚、野菜などの生鮮食品は、新鮮なものを購入

しましょう。

ひょうじ しょくひん しょうひ きげん かくにん こうにゅう
表示のある食品は、消費期限などを確認し、購入
しましょう。

ほ ぞん ② 保存



れいそう れいとう ひつよう しょくひん も かえ れいそう
冷蔵や冷凍が必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵
庫に入れましょう。

れいそうこ 10℃以下、冷凍庫はマイナス15℃以下に
いじ 維持することが目安です。

したじゅんび ③ 下準備



て 手をしっかり洗いましょう。生の肉、魚、卵などを
さわ 触ったあとも手を洗いましょう。

れいとうしょくひん ちょうり つか ぶん かいとう かいとう お
冷凍食品は、調理に使う分だけ解凍し、解凍が終わ
ったらすぐに調理しましょう。

ちょうり ④ 調理



かねつ ちょうり ば あい じゅうぶん かねつ
加熱して調理する場合は、十分に加熱しましょう。

ちょうり ちゅうだん しつおん ほうち
調理を中断するときは、そのまま室温に放置せず、
れいそうこ い
冷蔵庫に入れましょう。

しょくじ ⑤ 食事



しょくたく まえ て あら せいけつ しょう
食卓につく前に手を洗いましょう。また、清潔な食
器に盛り付けましょう。

あたた た りょうり あたた ひ た りょうり
温かく食べる料理は温かく、冷やして食べる料理
は冷やしておきましょう。

のこ しょくひん ⑥ 残った食品



のこ しょくひん はや ひ あさ ようき こわ
残った食品は、早く冷えるように、浅い容器に小分けにし
て保存しましょう。

のこ しょくひん あたた なお じゅうぶん かねつ
残った食品を温め直すときは、十分に加熱しましょう。