



石村 結依さん (4年生)

『ルビーのじ』



石村 希依さん (2年生)

『まほうのたまごから
でてきたあっぴ』

Art Museum

小さな美術館 ～共栄小学校～

Kids

わんぱくキッズ (若草保育所) ～大きくなったら～



坂面リョウカ
ト

ふじむら
そうたくん



野球選手

いけだ
こうせいくん



消防士

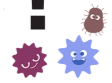
さわだ
たいがくん

Everyone's infirmary

みんなの保健室



食中毒に注意を!



食中毒菌・ウイルスのおもな特徴は?

- ・35℃前後の高温、多湿、栄養豊富な環境で急速に増殖するものが多い
- ・高熱に弱い菌、ウイルスが多い
- ・冷凍しても菌、ウイルスは死なない
- ・菌、ウイルスに汚染されていても、においや味は変化しない

見た目や臭いで判断するのは危険!

～ 家庭で予防できる6つのポイント～

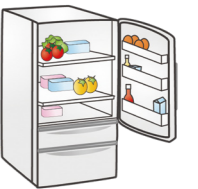
1 食品の購入

- ・消費期限などの表示を確認する
- ・肉、魚はそれぞれ分けて包む
- ・保冷剤(氷)などと一緒に運ぶ
- ・購入後はまっすぐ帰る



2 家庭での保存

- ・食品はすぐに冷蔵庫へ入れる(冷蔵庫の中は7割程度)
- ・肉、魚は汁がもれないように保存する
- ・冷蔵庫は10℃以下に、冷凍庫は-15℃以下に維持する



3 下準備

- ・冷凍食品の解凍は冷蔵庫でする
- ・こまめに手を洗う
- ・包丁などの器具、ふきんは洗って消毒する
- ・野菜もよく洗う
- ・肉、魚は生で食べるものから離しておく



4 調理

- ・十分に加熱する(目安は中心部分の温度が75℃で1分間以上)
- ・電子レンジを使うときは均一に加熱されるようにする
- ・調理を途中で止めるときは冷蔵庫で保管する



5 食事

- ・食事の前に手を洗う
- ・長時間室温に放置しない
- ・盛り付けは清潔な器具、食器を使う



6 残った食品

- ・手洗い後、清潔な器具、容器で保存する
- ・早く冷えるよう小分けにする
- ・温めなおすときは十分に加熱する(目安は75℃以上)
- ・時間が経ち過ぎたり、少しでもあやしいと思ったら思いきって捨てる

食中毒予防の3原則 食中毒菌を『付けない、増やさない、やっつける』

「6つのポイント」はこの三原則からなっています。これらのポイントをきちんと行い、家庭から食中毒をなくしましょう。食中毒は簡単な予防方法をきちんと守れば予防できます。

参考：厚生労働省「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」をもとに作成しています。
(<https://www.mhlw.go.jp/www1/houdou/0903/h0331-1.html>)

問保健福祉課保健係