

しょくいくだより 食育だより

文化祭特別号

毎月19日は
食育の日

しょくちゅうどくよぼう げんぞく
食中毒予防の3原則

こうさ おわり よる はださむ きせつ
 考査も終わり、夜にはやや肌寒い季節になってきました。そしていよいよ待ちに待った
 ぶんかさい ことし 5 クラスが しょくひんもぎてん
 文化祭！今年は5クラスが食品模擬店にエントリーしてくれています。
 たの あんぜん ぶんかさい お しょくちゅうどく よぼう とく ねんい ちゅうい
 楽しく、安全に文化祭を終えるためにも食中毒の予防には特に念入りに注意してください。
 ぶんかさい おお がくがい かた らいごう ひょうじ こうとうかくにん
 また、文化祭では多くの学外の方も来校されます。アレルギーリストの表示と口頭確認を
 わす 忘れなようにしてくださいね！今回は改めて、食中毒予防のための注意事項を載せて
 おくので、しっかり確認しておいてください♪



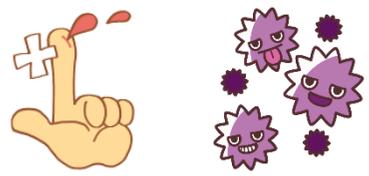
1. こまめに手を洗う

しょくちゅうどくきん ひと て つたってひろがる
 食中毒菌は、人の手を伝って広がることが多々あります。調理や食事前には、腕時計や指輪を外し、必ず石けんを使ってきれいに手を洗おう。



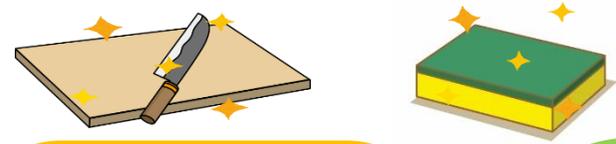
2. 手指の傷に注意

きずにはたくさんの菌が付着しています。ケガをしているときは調理せず、止むを得ない時は手袋などして、食品に触れないようにしましょう。



3. 調理器具や食器、ふきんなどは清潔に

しょうぜんご せんじゅう しょうご きっぴん かいせあう
 使用前後の洗浄と、使用後の殺菌をしっかりと行おう。



4. 食材もよく洗う

やさしい くだもの どり わし などがついて ばあい
 野菜や果物にも泥や虫などが付いている場合があります。流水でよく洗ってから調理しよう。また魚も丸々使用する場合は、水で洗ってから使おう。



5. 中心までしっかり加熱

さかな あにく ちゅうしんぶ
 魚やお肉は中心部までしっかり加熱しよう。最近では寄生虫の被害報告も多い。



6. 出来た料理はすぐ食べる

かんせい した りょうり は
 基本的には、すぐ食べきる。保管する場合は、口をつけず、冷蔵庫で保管する。

