



7月の給食だより

令和2年7月1日
別府つくし保育園

梅雨と夏の合間の、天気や気候の変化が大きい季節となりました。

蒸し暑くなるこの時期は、細菌による食中毒が起りやすくなります。給食室では、日々の衛生管理を徹底して行いながら給食をつくっています。今月は、ご家庭でもできる食中毒のポイントをご紹介します。



★食中毒予防の3原則★

食中毒菌を『つけない、増やさない、やっつける』

～家庭での食中毒予防のポイント～

ポイント1【買い物】

- ・生鮮食品の鮮度や消費期限などの表示をチェックし、計画的に購入しましょう。
- ・ショッピングバッグは清潔な状態を保つために、こまめに洗濯しましょう。
- ・冷蔵や冷凍の必要なものを購入したら、保冷剤・保冷バック等を使用し、肉や魚などの汁がもれないように、それぞれビニール袋に分けて包み、できるだけ早く持ち帰りましょう。

ポイント2【家庭での保存】

- ・帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れましょう。
- ・冷蔵庫の詰め過ぎに注意しましょう。目安は7割程度です。
- ・冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保ちましょう。
- ・肉や魚などは、汁がもれないようにビニール袋に入れて保存しましょう。



ポイント3【下準備】

- ・調理前や肉・魚・卵をさわった後、ペットに触れた後、トイレの後などは手洗いをしましょう。
- ・食品の解凍は、冷蔵庫の中や電子レンジで行うか、流水で解凍しましょう。
- ・肉や魚を切った包丁・まな板で野菜など生で食べる食品や調理済みの食品を切ることはやめましょう。洗ってから熱湯をかけると効果的です。

ポイント4【調理】

- ・生で食べるものは流水でよく洗い、加熱が必要なものは、中心部まで十分に加熱しましょう。
- ・調理を途中でやめる時は、冷蔵庫に入れ、再度調理する時は十分に加熱しましょう。
- ・電子レンジを使用する場合は、均一に加熱されているか確認しましょう。



ポイント5【食事の時】

- ・食事の前には必ず手を洗いましょう。園では「きらきら星」手洗いを行っています♪
- ・清潔な器具や食器を使いましょう。
- ・作ったらすぐに食べましょう。すぐに食べられない時は、常温で放置せずに冷蔵庫にいれましょう。



ポイント6【残った食品】

- ・残った食品は、清潔な容器に保存しましょう。
- ・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。
- ・残った食品を温めなおすときも、中心部まで十分に加熱しましょう。
- ・時間が経ち過ぎ、不安に思ったら思い切って捨てましょう。