

すこやかたより

保健センター
通信

TEL(48)1111
(内311・312)

食中毒を予防しよう

予防の 三原則

蒸し暑くなり、食中毒の起こりやすい季節になってきました。

食中毒は飲食店での発生というイメージがありますが、家庭の中でも起こっています。

食中毒予防の基本は、手を洗うことなど当たり前のことをきちんと守ることです。この機会にあなたの毎日の衛生習慣を見直しましょう。

1 食中毒の原因菌をつけない

食品を菌に触れさせないこと。手や調理器具を媒介として食品に菌がうつることもあるので注意。

洗う 包む



2 食中毒の原因菌を増やさない

冷蔵庫を過信したり、弁当などを長時間持ち歩くうちに菌が繁殖することがあります。

早めに食べる
温度管理



3 食中毒の原因菌を殺す

ハンバーグやぎょうざなどは、加熱が不十分なき、食品内部の菌が死なない場合があります。

加熱 殺菌



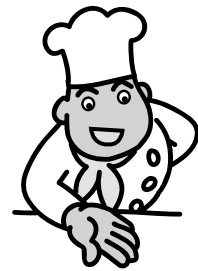
ちびシェフクラブ参加者を募集

親子で畑に出掛け、新鮮な野菜を収穫して、その野菜を使い調理をします。自分で収穫した野菜は、買って食べるものとは一味違うはずですよ。いろいろな実験をして楽しく食べ物について学びませんか。

申し込み・問い合わせ先

保健センター ☎(48)1111 (内311・312)

2日間、出席できる方に限ります。定員になり次第締め切ります。



	Aコース	Bコース
期 日	全2回【 7月25日(火) 8月29日(火)】	全2回【 7月31日(月) 8月25日(金)】
時 間	午前10時30分～午後1時30分	午前10時30分～午後1時30分
対象・定員	小学1年生～2年生の親子12組	小学3年生～6年生の親子12組
内 容	「夏においしい!夏の野菜」 野菜を収穫して絵を描こう、味わおう(調理実習) 「いいにおい!!早く食べたい!!元気ごはん」 五感を使って五つの味をゲットしよう(調理実習)	「夏においしい!夏の野菜」 野菜を収穫して絵を描こう、味わおう(調理実習) 「ちびシェフから料理長に!～レシピなしでも作れるよ!～」 五感を使って五つの味をゲットしよう(調理実習)
場 所	阿久比町保健センター	阿久比町保健センター
講 師	町栄養士	町栄養士
料 金	無料	無料
持 ち 物	色鉛筆やクレパス、帽子、汗ふきタオル、水筒、エプロン、三角巾、手ふきタオル(2枚) エプロン、三角巾、手ふきタオル	色鉛筆やクレパス、帽子、汗ふきタオル、水筒、エプロン、三角巾、手ふきタオル(2枚) エプロン、三角巾、手ふきタオル