

給食たより

令和4年6月1日
文京区立昭和小学校

6月号

6月の目標

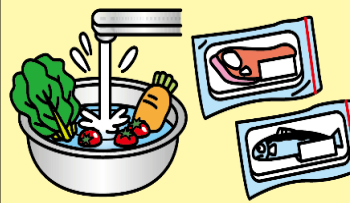
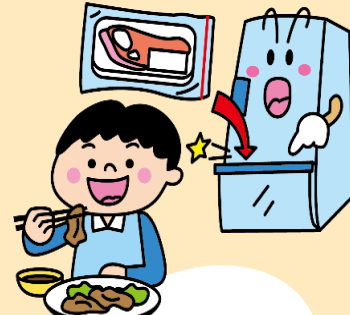

決まった時間で食べましょう。

食中毒の発生しやすい季節です!

食中毒とは、細菌やウイルスなどの有毒な物質がついた食べ物を食べて、下痢や腹痛、吐き気、発熱などの症状が起こる病気のことです。原因物質や症状はさまざまで、1年間を通して発生していますが、夏場は特に細菌による食中毒が多くなります。時に命に関わる場合もありますので、「食中毒予防の三原則」を守り、予防に努めることが大切です。



食中毒予防の三原則

付けない	増やさない	やっつける
 <ul style="list-style-type: none">手をきれいに洗う。野菜や果物は流水で洗う。調理器具は清潔なものを使用する。生の肉や魚がほかの食べ物とくっつかないようにする。加熱しないで食べるもの（生野菜など）から取り扱う。	 <ul style="list-style-type: none">生ものや作った料理は、できるだけ早く食べる。すぐに食べない場合は、冷蔵庫や冷凍庫で保管する。	 <p>中心温度75℃以上</p> <p>塩素系漂白剤</p> <ul style="list-style-type: none">加熱が必要な食品は、中心部までしっかりと火を通す。生の肉や魚を切った包丁・まな板はきれいに洗い、塩素系漂白剤や熱湯で消毒をする。