

■食中毒予防の3原則

(参照：厚生労働省ホームページ)

▶ 細菌を食べ物に「つけない」

- ・手洗いをする
- ・調理器具や食器を洗う、消毒する
- ・ラップや調理用手袋を使用する



▶ 食べ物に付着した細菌を「増やさない」

- ・冷蔵、冷凍保存をする
- ・食品を正しく保存し、消費期限内に食べる
- ・電子レンジや流水で素早く解凍する
- ・作り置きや保存した料理は十分に加熱してから食べる



▶ 食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」

- ・食材はしっかりと加熱する



ご家庭で、皆で協力することも大切です！

