

給食だより



令和5年6月

松戸市立金ヶ作中学校

6月に入り、梅雨の季節となりました。雨が降り続けると気持ちが沈みがちですが、あじさいの花が一雨ごとに色づくのを見ると、心が癒されます。みなさんはこの梅雨の時期に、何に癒されますか。好きなことに癒されながら、梅雨を乗り切りましょう。

食中毒に注意

6月は気温や湿度が上がリ、食中毒が増加する時期です。どのようなことに気を付けたらよいのでしょうか。まずは、食中毒が起こる理由を知りましょう。

どうして起こる？ 食中毒

食中毒は、細菌やウイルスなどに汚染された食品を食べることで感染し、おう吐、腹痛、下痢、発熱などを引き起こします。

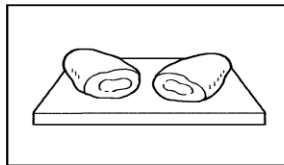


〈食中毒が発生するおもな原因〉

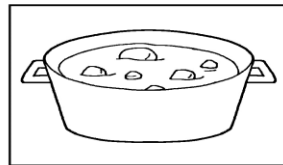
傷がある手で調理したもの



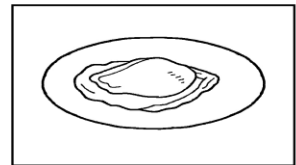
加熱が不十分な肉



室温で長時間放置した料理



ウイルスに汚染された二枚貝

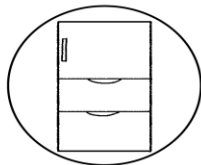


食中毒を防ぐ3つのポイント

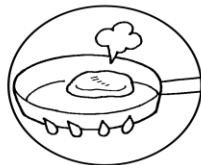
つけない



増やさない




やっつける



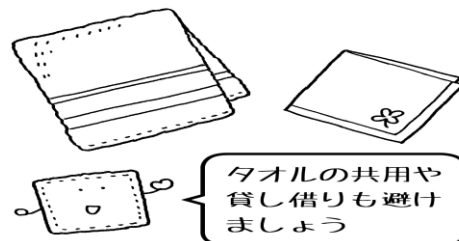
細菌性食中毒予防のポイントは、食中毒菌を「つけない」「増やさない」「やっつける」です。「つけない」ためには、手は石けんでしっかりと洗います。「増やさない」ためには、生鮮食品や総菜は、購入後なるべく早く冷蔵庫で保存します。「やっつける」ためには、肉や魚、野菜などはしっかりと加熱することが重要です。

食中毒予防の基本 手洗い

手は、さまざまなものに触れるので、気づかないうちに食中毒の原因となる細菌やウイルスがついているかもしれません。細菌やウイルスは、水で洗うだけでは、取り除けません。食中毒を予防するためには、調理前、食事の前後など、石けんを使って、洗いましょう。



手洗いの後は 清潔なタオルやハンカチでふく



タオルの共用や貸し借りも避けましょう