

家庭でできる 食中毒予防の

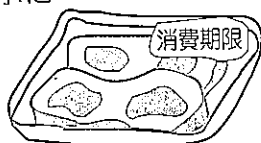
6つのポイント

☆食中毒というと、レストランや旅館などの飲食店での食事が原因と思われませんが、家庭の食事を原因とする食中毒にも注意が必要です。
ここでは、家庭でできる食中毒予防の6つのポイントをご紹介しますので、毎日の食事作りに役立ててみてください。

(1) 買い物をする時

肉、魚、野菜などは新鮮な物
を購入し、消費期限の表示に
注意しましょう。

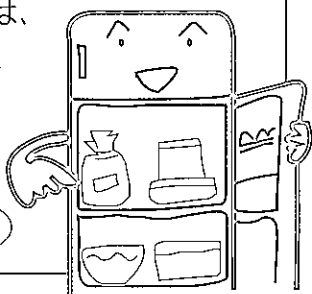
注意



(2) 食品を保存する時

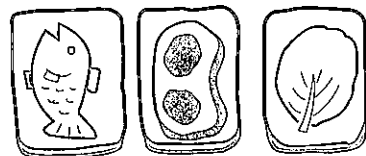
冷蔵、冷凍が必要な食品は、
すぐに冷蔵庫や冷凍庫に
保存しましょう。

早く入れてね



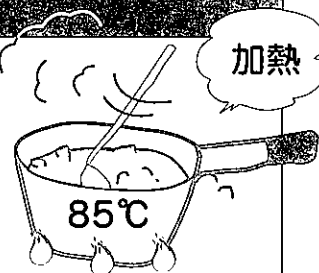
(3) 下準備の時

まず、手洗いをしましょう。
生の肉や魚を切ったあとの包丁やまな板で、
他の食品を処理
しないように
しましょう。



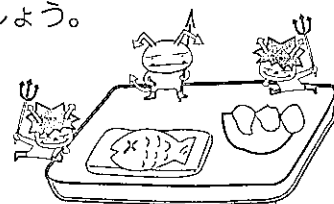
(4) 調理の時

まず、手洗いをしましょう。
加熱して調理する食品は
十分に加熱しましょう。
(目安は85℃で1分以上)



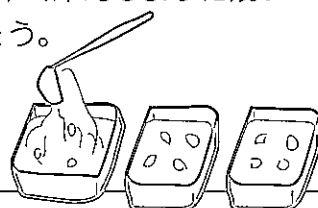
(5) 食事の時

まず、手洗いをしましょう。
食品は室温に長く
放置しないように
しましょう。



(6) 食品が残った時

保存は清潔な食器で、早く冷えるように浅い
容器に小分けしましょう。
温め直す時は、十分
に加熱しましょう。



難病相談・講演会のお知らせ

| No | 日程 | 会場 | 実施内容 | 対象 |
|----|-------------------|------------------|---------------------------------|--------------------|
| 1 | 9月4日(金) 14時~16時 | 長生合同庁舎 4階大会議室 | 膠原病講演会 「膠原病との付き合い方」 | 膠原病患者・家族、 関係者 |
| 2 | 10月2日(金) 14時~16時 | 長生合同庁舎 1階 相談室 | 膠原病系ミニ講演会と個別相談 下志津病院 末石 真 先生 | 膠原病患者・家族 |
| 3 | 10月9日(金) 14時~16時 | 東郷福祉 センター | 摂食・嚥下の講演会 「家庭でできる飲み込みやすい食事」 | 神経系難病患者・ 家族、関係者 |
| 4 | 11月27日(金) 14時~16時 | 長生合同庁舎 1階 相談室 | 神経系難病の個別相談 公立長生病院 古本 英晴 先生 | 神経系難病患者・ 家族 |
| 5 | 11月予定 | 未定 | 歯科講演会(講演及び実技) | 難病患者・家族、 関係者 |

* 参加を希望される方は、健康生活支援課 難病担当へお申し込みください。(予約制)