



夏（6～8月頃）は気温が高くなるため、食中毒が発生しやすい時期です。食中毒は、毎日の衛生管理が大切です。毎日の食卓を楽しく囲むためにも、食中毒予防のポイントを把握し、実践していきましょう。

## 1 買い物をするとき

- ❖肉・魚はそれぞれ分けて包む保冷剤（氷）などと一緒に
- ❖期限表示を確認しましょう



## 2 保存をするとき

- ❖冷蔵・冷凍が必要なものはすぐにしまう
- ❖冷蔵庫・冷凍庫のつめすぎ注意！



## 3 下準備をするとき

- ❖こまめに手を洗う
- ❖野菜・果物もよく洗う
- ❖包丁などの器具、ふきんは洗って消毒



## 4 調理をするとき

- ❖調理前はきちんと手洗いし、調理中もこまめに手洗いを！
- ❖加熱は中心まで十分に行う



75℃  
1分以上

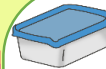
## 5 食事をするとき

- ❖盛り付けは清潔な手や器具を使い清潔な食器に！
- ❖室温に長く置かないようにしましょう（食中毒が増える原因になります）



## 6 料理が残ったとき

- ❖清潔な容器に小分けして保存
- ❖温め直しは中心まで十分に加熱
- ❖時間がたった料理は思い切って捨てましょう



# 食中毒予防の3原則

つけない

ふやさない

やっつける



## ～食中毒予防の便利グッズ～

ペーパータオル  
使い捨てなので清潔



ゴム手袋  
生肉や魚を触る時などに

消毒用アルコール  
手洗い後の手指消毒に



保冷バッグ&保冷剤  
生鮮食品や持ち帰り弁当の保冷に

# お食事&おやつ紹介

ぼる通信メニュー：テーマは減塩



さっぱりチキン  
トマト入りかきたま汁  
小松菜豆乳プリン etc...  
野菜をたっぷり使用したメニューです。

ふるさと御膳(広島県庄原市)



ひばごん丼  
山芋、鶏肉のそぼろ煮、山菜、  
のりをのせてだし汁をかけたもの。  
のどごしがよくご利用者様に好評でした！



春のモンブラン風



きらきらマフィン



鯉のぼりバームクーヘン



抹茶あんみつ

月に1度  
手作りおやつを  
実施しています！



関東風桜餅



ハロウィンババロア



トライフル