

りはっぴねす

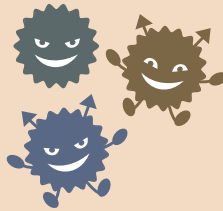
ワンポイント！アドバイス！

お弁当にちょっとご用心 **食中毒**

お弁当で発生しやすい食中毒の原因は、**黄色ブドウ球菌**です。

手に傷があると、黄色ブドウ球菌が食品に付着し、食中毒の危険性が高くなります。

また、黄色ブドウ球菌は加熱しても毒素はなくなるため、「**つけない、増やさない**」ことが大切です。



チェック！

- 1 食材にさわる前、さわった後は、手洗いをしましょう。



夏はレジャーやイベントなど、外で飲食する機会が増えるのではないのでしょうか。気温が高いこの時期、食中毒の危険が高まります。お弁当を作るときは、次のことに気をつけて、楽しい夏を過ごしましょう。

- 2 傷のある手で食材をさわらない。傷がある場合は手袋をしましょう。



- 3 おにぎりなどを握るときは、ラップや手袋を使うことをオススメします。



- 4 保存は保冷剤などを利用しましょう。



お弁当を開けて、においや味がおかしいと思ったら、食べるのはやめておきましょう。

管理栄養士：影山 典子