

りはっぴねす

ワンポイント  アドバイス！


冷蔵庫って安心？

家庭における
食中毒予防！

夏、気になるのは食中毒。食中毒は、温度・水分・栄養の3つの条件が重なり、菌の増殖を助けてしまうことによっておこります。冷蔵庫の使い方を間違えれば条件が揃うことがあります。使い方をチェックしてみましょう。

なんでも“冷蔵庫に入れてしまえば”いいと思っていないですか？

なぜダメなの？

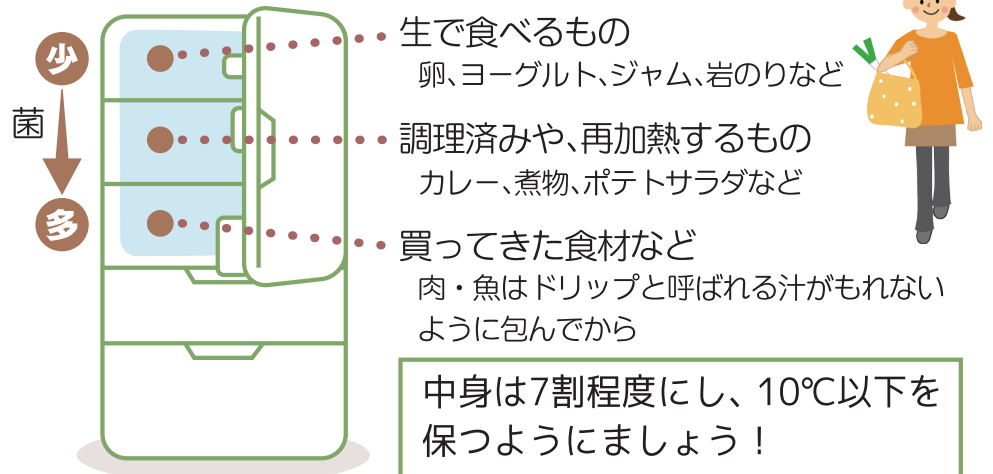
- 冷蔵庫に買い物した食材をそのまま入れたとき、一緒に菌を持ち込む可能性があります。 
- 整理整頓しないで詰め込むと、冷たい空気の通り道がふさがれ温度がなかなか下がりません。また、取り出すときにドアを開けたまま探す時間が長くなり、室温が上昇します。

冷蔵庫内に入った菌が、温度上昇で増殖します！

冷蔵庫の中は…

段によって食品を区別し、定期的に清掃しましょう！

冷蔵庫の使い方 買い物から帰ったら、すぐ冷蔵庫へ！



- 生で食べるもの
卵、ヨーグルト、ジャム、岩のりなど
- 調理済みや、再加熱するもの
カレー、煮物、ポテトサラダなど
- 買ってきた食材など
肉・魚はドリップと呼ばれる汁がもれないように包んでから

中身は7割程度にし、10℃以下を保つようにしましょう！

清掃は、すべて中身を出して行います。そのときに、消費期限（賞味期限）を確認し処分するようにしましょう。