

食の安全サポーター情報配信（令和5年5月17日）

食の安全・安心の推進にご協力いただき、厚くお礼申し上げます。今回は「身近な食品衛生（手洗い／冷蔵庫の正しい使い方）」についてお知らせします。

～手洗いは食品衛生の基本～

「いまさら手洗いなんて！」とお思いの方、手洗いの重要性を今一度見つめなおしてください。私たちの手には、細菌やウイルスが付着しています。手洗いが不十分だと、手についた細菌やウイルスが食べ物に付着して食中毒を起こすことがあります。

【効果的な手洗い方法】

○適切なタイミングで手を洗いましょう。

- ・適切なタイミングとは、調理前、生の肉や魚を触った後、素手で料理の盛りつけを行う前、食事の前、トイレに行った後など。

○洗い残しがないようにしましょう。

- ・水だけでなく石鹸を使ってまんべんなく洗う。
- ・指先、指の間・股、親指の付け根のふくらみは洗い残しが多くなる部分なので意識して洗う。
- ・十分な水で洗い流す。
- ・清潔なタオルやペーパータオルで水分をふき取る。



～冷蔵庫の正しい使い方～

「冷蔵庫に入れておけば安心！」とっていませんか。なんでもかんでも冷蔵庫に入れると非効率で電気代も高くなりますし、冷蔵保管が苦手な野菜や果物は逆に傷めてしまうこともあります。

【節電にもつながる冷蔵庫の正しい使用方法】

- ・冷蔵品は保冷バックで持ち帰り、帰ったら素早く入れる。
- ・熱いものは冷ましてから冷蔵庫に入れる。
- ・原料肉・魚はラップなどをして他の食品と離して汚染防止をする。
- ・ドアの開閉は少なく、手早くを心がける。
- ・冷やす必要のないもの、入れっぱなしのものを整理する。
- ・冷蔵庫を過信せず、保管は計画的に早めに使い切る。
- ・容量の7割（食品をずらせて奥が見える程度）を目安に入れる。
- ・月に一回程度、掃除する。



○冷蔵庫のかしこい使い方

<https://www.maff.go.jp/j/syouan/seisaku/foodpoisoning/frige.html>
(農林水産省HP)



バックナンバーはこちらから <https://www.pref.okayama.jp/page/detail-97596.html>

岡山県 食の安全サポーター情報

検索

