

きゅうしょくだより 7月



札幌市立発寒東小学校 札幌市立発寒南小学校 令和8年6月30日発行

つく お りょうり

ちゅうい

「作り置き料理」の **食中毒** にご注意ください



高温多湿の、食中毒菌の増えやすい季節になりました。食中毒予防に加熱は大切ですが、「加熱をすれば安全！」というわけでもありません。作り置きをする場合は、調理や保管のときに注意が必要です。





例えば、チャーハンやスパゲティ・焼きそばなどの米やめん料理は「セレウス菌」食中毒、カレーなどの煮こみ料理は「ウェルシュ菌」食中毒が多く発生しています。どちらも、熱に強い形に変化できる菌が原因です。

熱に強い！



セレウス・ウェルシュ菌 食中毒を防ぐポイント



<p>手・食材・器具はよく洗う。</p> <p>かきまぜながら食材の中心部までしっかり加熱する。</p> 	<p>調理後は室温に放置せず、なるべく早めになるべく早めに食べる。</p> 
<p>料理は小分けにして冷まし、冷蔵庫や冷凍庫で保管する。</p> 	<p>料理をもある持ち歩く場合は、保冷剤や保冷バッグを使い、涼しい所で保管する。</p> 

夏は、ペットボトルの飲み残しに注意！

～ペットボトルの中で、菌が増えていく！～

ペットボトルに直接、口をつけて飲むと、口の中や口に残った食べ物から、いろいろな菌がペットボトルの中に入ります。ふたを開けたときに、空気の中の菌が入ることもあります。

菌はあたたかい温度が好きで、飲み物を栄養にしてどんどん増えていきます。



飲み残したときは冷蔵庫で保管し、早めに飲みきるようにしましょう！