

7月 食育だより

令和3年7月
大府市教育委員会

温度や湿度が高くなる6月～9月にかけては、カンピロバクターや腸管出血性大腸菌などの細菌による食中毒が多く報告されています。目に見えないほど小さな細菌が原因となる食中毒はどんなことに気を付ければいいのでしょうか。



食中毒に気を付けよう!!



食中毒とは?

食中毒を起こす元となる細菌やウイルスなどの微生物、アニサキスなどの寄生虫、有毒な物質などがついた食べ物を食べることによって、下痢や腹痛、発熱、吐き気などの症状が出る病気です。食中毒の原因によって、食べてから症状がでるまでの時間はさまざまです。時には命にも関わる病気です。

食中毒を引き起こす細菌はいたるところに存在しています。食中毒を防ぐには下記の表の3原則を意識しましょう。

食中毒予防の3原則



<細菌を増やさないようにするには>

○ 細菌の多くは10°C以上で活動を始めます。すぐに冷蔵庫にしまうなどして食品の温度を上げない工夫をしましょう。



○ 水分が多い環境で細菌は増殖します。食器や調理器具は水気が残らないよう拭き取り乾かして保管しましょう。



○ 冷蔵庫の中でもゆっくりと細菌は増殖します。作った料理は早めに食べきるようにしましょう。また、色やにおいが変わったものは食べないようにしましょう。



毎月19日は「食育の日 ～おうちでごはんの日～」です。



※給食実施日の2日前（土・日・祝日は除く）の午前9時までに欠食連絡があった場合は、欠食扱いとし、給食費をいただきません。