

# えいようだより

2023（令和5）年 6月  
摂津市教育委員会  
摂津市学校給食会

みなさんは、「**食中毒**」という言葉を知っていますか？ **食中毒**とは料理や食材に菌などがついてそれらを食することで嘔吐、腹痛、下痢、発熱などの症状が出ることを言います。食べ物は、おいしく食べたいですね！でも、そんな楽しいはずの食事を食べてお腹が痛くなるといやですね。今月は食中毒を起こさないための話をします。

**食中毒 予防のキホン**



つけない      ふやさない      やっつける

て せつ 手を石せんで  
あら きん 洗って菌をつけない

れいぞうほぞん きん 冷蔵保存して菌を  
ふやさない

かねつ きん 加熱して菌を  
やっつける

手を洗うことやよく加熱すること、調理後速やかに食べることは、食中毒を予防するうえでとても大事なことです！

## 夏場に起きやすい 食中毒に注意！



最近の食中毒発生状況を見ると、ノロウイルスの影響で、冬場の発生件数が非常に多くなっています。ただし、夏場は細菌性の食中毒が多く発生しますので、油断は大敵。カンピロバクターやサルモネラ、腸炎ビブリオなどの細菌性食中毒は、食品中などで菌が増殖していたり、細菌から毒素が発生したりして起こります。

予防のためには、食事や調理の前や動物と遊んだ後には石けんでしっかり手を洗う、調理の時には食品を十分に加熱する、生肉は食べないなど、日ごろから気をつけるようにしましょう。

