

# あんあん ニュース

制作:食品安全推進委員会 発行:コープ北陸事業連合

食品安全推進委員会とは

組合員、学識者、コープ北陸役員からなる委員会です。  
コープ北陸の安全確認業務がしっかり行われているか、  
対応が適切かなどの監査を行っています。

あんあん

第48話

作りおきに要注意

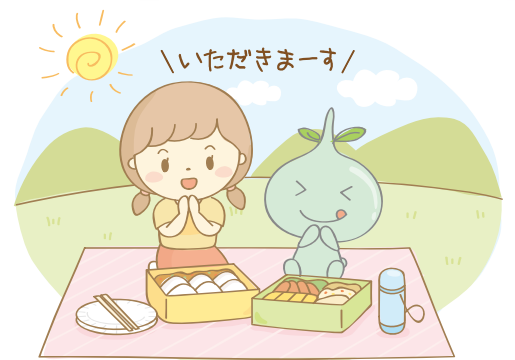


あんあんニュースのバックナンバーはこちらのホームページでご覧になれます

コープ北陸事業連合ホームページ <http://www.coop-hokuriku.net>

## 家庭でできる 食中毒予防 お弁当編

これから遠足やハイキングなどでお弁当を作る機会が多くなる季節、同時に気温や湿度が高くなり食中毒が起こりやすい季節でもあります。「食中毒を防ぐ 3つの原則」**つけない・ふやさない・やっつける**を守って、安全で美味しいお弁当を作りましょう。



## 調理前

## 手洗い

調理中や、レシピの確認をするために携帯電話やスマートフォンを操作した後、テレビのリモコンを触った後なども手を洗いましょう。

手洗いの手順

指輪・時計ははずす



石けんをつけ手を洗う



よくすすぐ

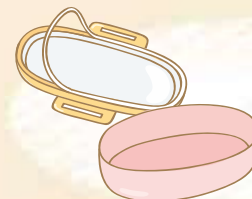


清潔なタオルで拭く



## お弁当箱

丁寧に洗い、しっかり乾かしてから使いましょう。



洗い残しが多い箇所

- フタのパッキン部分
- お弁当箱のすみ
- はし箱のすみ



- おにぎりはごはんを冷ましラップなどを使って握る



水分は細菌の大好物

- 飾りに使う海苔などは手や器具が乾いた状態で扱う

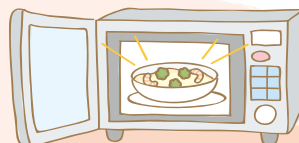
## 注意

梅干しは抗菌作用が確認されていますが、効果は梅干しが触れている部分に限られます。また、減塩やかつお梅などの調味梅干しは、殺菌・抗菌の効果が減弱します。梅干しを過信することは禁物です。



肉汁が透明

- 加熱調理は十分に火を通す(中心部が75℃で1分以上)



- 電子レンジでの調理は全体に熱がいきわたるように



- よく冷ましてから詰め、フタをする



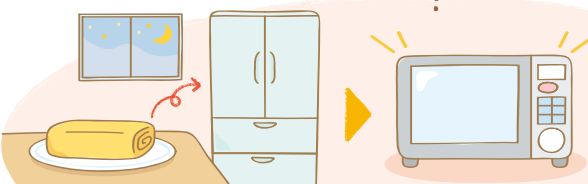
- キッチンペーパーなどで汁気を拭き取る



- カップなどで仕切る



- 野菜や果物はよく洗いしっかり水気を切る



- 前日に調理したものや常備菜は冷蔵庫で保存し、当日の朝に再度加熱する

## 注意

自家製のおかずを冷凍したまま詰めると解凍時に水分が出やすく細菌が増殖する原因になるため控えましょう。



- ハムや練り製品は傷みやすいので加熱する

## 食べるまで

なるべく涼しい場所で保管する



保冷バッグや保冷剤を利用する



## ペットボトルの飲み残しに注意

口をつけて飲んだペットボトル飲料などは口の中の菌が入り、時間が経つとその菌が増殖します。常温での放置は避け、早めに飲みきるようにしましょう。



食べる前の手洗いも忘れずに!

