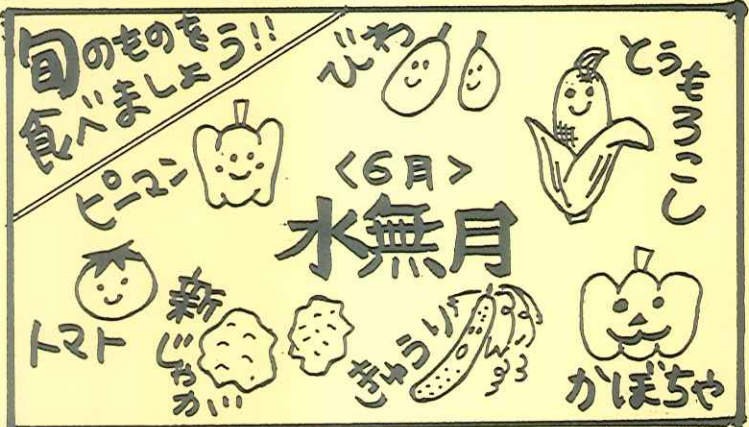


# 梅雨と食中毒

梅雨に入り、湿度の高い季節になりましたね。

- 三原則**
- 1. 清潔
  - 2. 迅速
  - 3. 加熱 OR 冷却

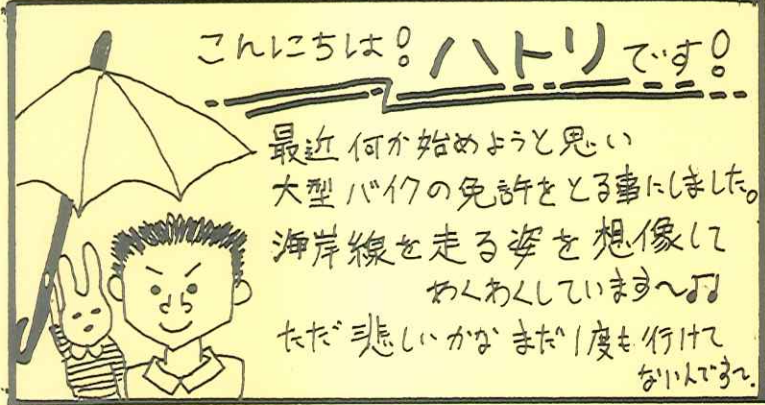
焼肉店の食中毒も記憶に新しいですが、食中毒は1年中発生しています。なかでも特に暑い6~10月に集中します。梅雨に入るこれからの季節は湿度も高く食物は痛みやすくなります。日頃から十分注意して過ごしましょう。



☆家庭でできる!!!

## 食中毒予防法

- ① まな板やふきんはこまめに消毒!!
- ② 米料理はしっかり加熱!!
- ③ できた米料理を放置しない!!



・免疫の低い方は食中毒にかかりやすくなっています。日頃からバランスの良い食事を摂るなど、免疫を高める習慣を心がけて生活しましょう。