



# 給食だより

富山市立大久保小学校

梅雨が明けるといよいよ夏本番です。急激な暑さへの気候変化が体に一番こたえる季節です。衛生・健康・安全に気を付けて、元気に夏休みを迎えましょう。

## 夏場の食中毒に注意しよう！

食中毒は細菌やウイルスが食べ物に付き、体の中に入ることによって起こります。食中毒を起こす細菌やウイルスは、高温多湿を好むため、夏場は、特に食中毒予防が重要になります。

### 食中毒予防の3原則



## こまめにていねいな手洗いで食中毒予防

人の手は、いろいろなものを触ったり、つかんだりしているため、目に見えない細菌やウイルスが付着しています。その中には、食中毒を引き起こすものもあるため、しっかり手洗いをするのが大切です。

手を洗うタイミングとていねいな手洗いで、細菌やウイルスが感染していくルートを遮断することができます。食中毒を防ぐことができます。

①  流水で汚れを洗い流す	②  石けんをつけて十分に泡立てる	③  手のひらを合わせてよく洗う	④  手の甲を伸ばすように洗う	⑤  指先、爪の間をよく洗う
⑥  指の間を洗う	⑦  親指と手のひらをねじり洗いする	⑧  手首も忘れずに洗う	⑨  流水で十分に洗い流す	⑩  清潔なタオル等で手をふく