

食とけんこう

「食中毒予防の三原則」

・つけない

→器具の消毒とこまめな手洗い



・ふやさない

→食材は低温保存で増殖防止

・やっつける

→中心部が85～90℃ 90秒以上の加熱

食中毒には「細菌性」「ウイルス性」「自然毒(フグなど)」「化学性(ヒ素など)」の4種に大別されますが、多くは夏に多い「細菌性」と冬場に増える「ウイルス性」です。

【食中毒予防には…】

- ① 食品を汚染から守る
- ② 素早く低温保存して増殖の機会を与えない
- ③ 食品の中心部が85～90℃で90秒以上の加熱をして死滅させる



出典／子どもの健康シリーズ 知っておきたい子どもの食中毒

発行・編集 稲城市保健センター

稲城市百村112-1 電話378-3421

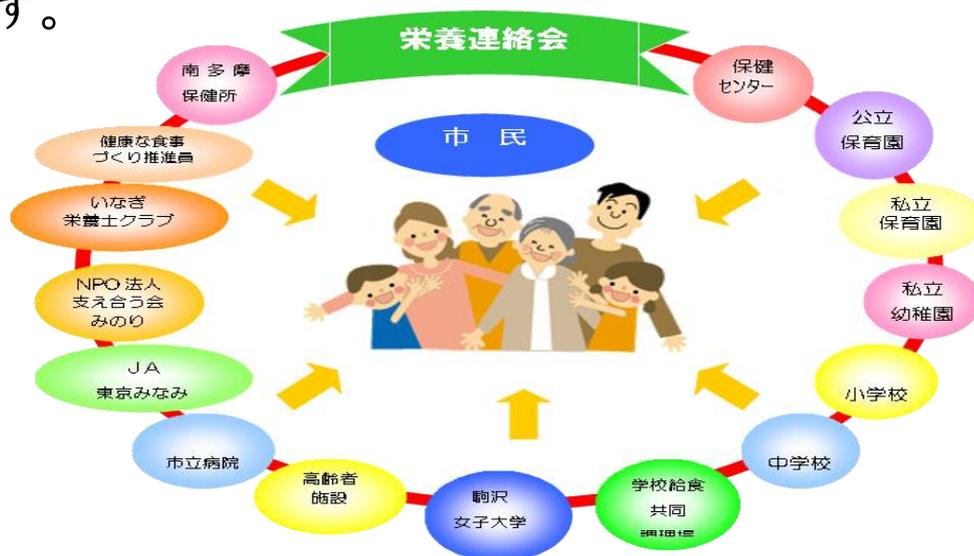
URL : https://www.city.inagi.tokyo.jp/kenko/iryuu_kenkou/tayori.html



地域ぐるみの食育の推進のために・・・



稲城市栄養連絡会は市民が生涯を通じて楽しく、健康的な食生活を送るための環境づくりを目的に、市民をとりまく食にかかわる関係機関・団体の関係者がメンバーとなり、乳幼児から高齢者までの様々な年代の食生活上の問題点や、食育の取組みについての情報を共有化し、相互に連携することにより、地域ぐるみの食育を推進しています。



今年度のテーマ

「稲城産のお野菜・果物を知ろう！」

【第7回稲城ふれあい保健・医療まつり】

日時：令和元年7月28日（日）午前10時から午後3時まで

場所：市立病院（本院、健診・外来棟及びオーエンス健康プラザ）

どなたでも
ご来場いた
だけます！