

自分の手洗いを見直してみよう!

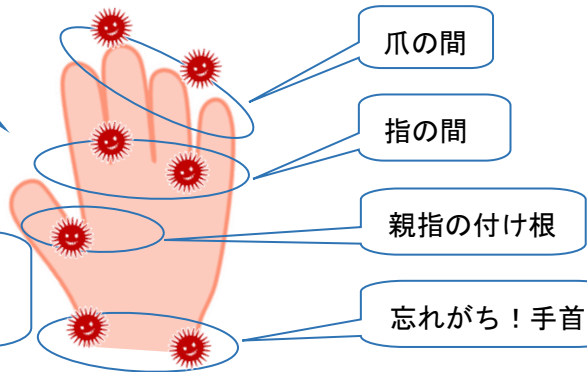
食中毒を含む様々な感染症予防には、手洗いが有効です。

みなさんは正しく手を洗えていますか? 今一度確認してみましょう。

洗い残しの多い
ところをチェック!

●手洗い前にチェック

- ・爪が短く切れていますか?
- ・時計や指輪を外していますか?



スタート



うでまくり

手をぬらして
石鹸はよく泡立てる



1. 手のひらをこする



2. 手の甲をのぼして
こする



3. 指先と爪の間を
念入りにこする



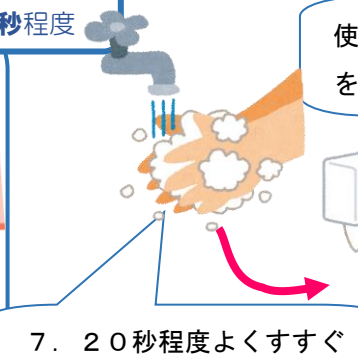
4. 指の間を洗う



5. 親指の周りはねじる
ように洗う



6. 手首も忘れずに



7. 20秒程度よくすすぐ

使い捨てのペーパータオル
を使うとより清潔



 ミミよりポイント
2度洗い
しましょう!

1~7を2回行いましょう

しっかりと2度洗いすることで、
より高い洗浄効果が期待されます。

おしまい!

テイクアウトや宅配を利用するときは

テイクアウトや宅配では、調理後、食べるまでの時間が長くなるため、食中毒菌が増えるリスクが高まります。

夏場は気温が高くなるため特に注意が必要です。



おいしく安全に!

●購入・注文するとき

- ・すぐに食べきれる量を購入する。
- ・表示があるものは、消費期限や保存方法を確認する。
- ・表示がないものは、食べきる期限の目安や持ち運び・保存時の注意点をお店の人に確認する。

名称	鶏からあげ
原材料名	鶏肉（国産）、植物油、でん粉、小麦粉、しょうゆ（大豆を含む）、食塩、香辛料、卵白（卵を含む）／調味料（アミノ酸）
内容量	150g
消費期限	枠外表面右下部に表示
保存方法	要冷蔵（10℃以下で保存）
製造者	有限会社〇〇〇〇 東京都町田市森野〇-〇-〇

●テイクアウトするとき

- ・テイクアウト品は買い物の最後に購入し、常温で長期間持ち歩かない。
- ・保冷剤を使うときは、弁当や容器の上に置くと冷やしやすい。
- ・保冷バックを使うとより効果的。

上
下

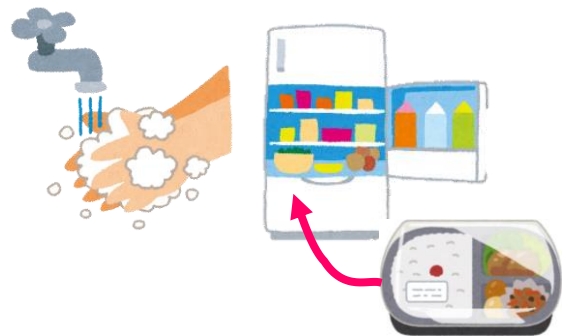


●宅配を受け取るとき

- ・家の外に放置されないよう、家にいるときに届くように手配する。
- ・配達人と会わずに受け取るときは、到着後すぐに取り入れる。
- ・容器や包装が破損している、要冷蔵品が十分冷えていないなど、異常を感じたら、食べずに購入先に連絡する。

●食べるとき

- ・食べる前には必ず手を洗う。
- ・できるだけすぐに食べきる。すぐに食べられない場合は、冷蔵庫で保管する。



食中毒予防3原則

食中毒原因菌等を

「つけない！」



手洗い・
二次汚染防止

「ふやさない！」



早めに冷蔵
早めに調理
早めに食べる

「やっつける！」



十分な加熱・
洗浄・消毒

👉 バックナンバーはこちらから

「食べものミミより情報」のバックナンバーは、町田市保健所ホームページからダウンロードできます。
(※携帯電話向けのモバイル版ホームページを除きます。)