

めざせ!

うちのおてつだい

しょくちゅうどくよぼう

食中毒予防マスター

スタート

～ゴールまでたどりつけるかな?～

せいきょう

生協がきたよ!

つめ た もの ぎゅうにゅう
冷たい食べ物や牛乳はすぐに
れいぞうこ い
冷蔵庫へ入れるよ。



できたら
1マスすすむ

うちのおそうじを
てつだったあとは、どうする?

A しっかり
せっけん
で
て
手を洗う

B きにせず
そのまま
ごはんへ



スタートに
もと
戻ろう!

A

A

B

まちにまったごはん!

にく なか
でも、お肉の中がちょっと
あか
赤いみたい…こんなときは?

A

おなかがへっているし、
そのままたべ
ちゃう!

B

しっかり
や
焼き
なおして
もらう



ゴール!

これできみも

しょくちゅうどく
食中毒
よぼう
予防
マスター



チェック!

ぜんこ
ごはんの前後は、きれいな
ふきんで
テーブルを
ふくよ。



できたら
1マスすすむ

うらめん くわ かいせつ
裏面で詳しく解説しているよ!

まな すごろくで学んだことを



おさらい しよう!



しょくちゅうどく 食中毒とは、ばい菌がついたものを
食べておなかがいたくなったり
することだよ。
しょくちゅうどく ふせ たいせつ 食中毒を防ぐ大切なポイントを
ふりかえってみよう!

つめ た もの れいぞうこ ▶ 冷たい食べ物はすぐ冷蔵庫へ

ふやさない!

きん 菌をふやさないために、
にく ぎゅうにゅう とくにお肉や牛乳
などは、
れいぞうこ すぐに冷蔵庫へ
入れましょう。



て あら ▶ おそうじのあとは手を洗おう

つけ
ない!

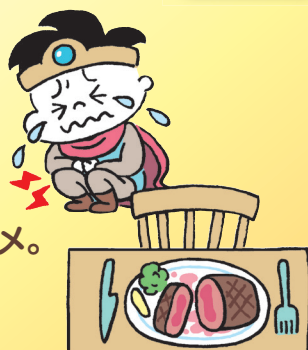
おそうじをてつだったあとには、
み きん て 見えない菌が手に
ついている
ことがあります。
せっ 石けんで
しっかり洗い
ましょう。



にく や ▶ お肉はしっかり焼こう

やっ
つける!

にく なか お肉は中までしっかり
ひ とお 火を通すことで、
きん 菌をやっつけることが
できます! 絶対に
なまや た 生焼けのまま食べてはダメ。
ひ とお しっかり火を通してね。



つか ▶ きれいなふきんを使おう

つけ
ない!

よごれたふきんには、
きん 菌がふえていることも。
よごれたらすぐに洗い、
かわ しっかり乾かした
きれいなものを
つか 使いましょう。



しょくちゅうどく よ ぼう

食中毒を予防する3つのルール

つけ
ない

てあら きほんちゅう きほん
手洗いは基本中の基本。
くち きん はい 口に菌が入らないよう
しっかりと洗おう。
ちようりきく きれいな調理器具を
つか ちようり 使って調理することも
たいせつ 大切!



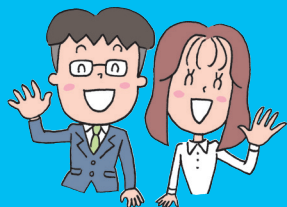
ふやさない

きん じかん 菌は時間がたつと
どんどんふえます。
あたたかくなると、
げんき うご きん 元気に動きだす菌も!
か た 買ってきた食べものは
れいぞうこ すぐに冷蔵庫に入れよう!



やっつける

きん 菌やウイルスの
おお たか おんど 多くは高い温度が
にがて 苦手だよ。お肉や
さかな かなら お魚は必ずしっかり
なか ひ とお 中まで火を通そう!



親子で楽しく動画をチェック! ▶▶

めざせ!

しょくちゅうどく
食中毒
予防マスター



お問い合わせ先

大阪いずみ市民生活協同組合

組合員サービスセンター

0120-031-001