



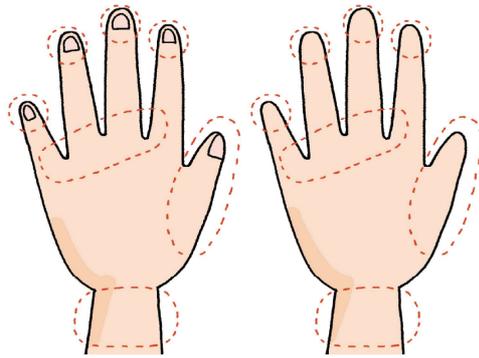
## 食中毒予防の基本

# 手洗い

手は、さまざまなものに触れるので、気づかないうちに食中毒の原因となる細菌やウイルスがついているかもしれません。細菌やウイルスは、水で洗うだけでは、取り除けません。食中毒を予防するためには、調理前、食事の前後など、石けんを使って、洗いましょう。



## 洗い残しの多い部分

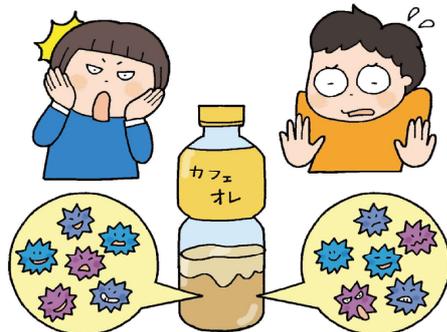


手洗いで洗い残しが多い部分は、指先やつめの間、指の間、親指、手首などです。石けんやハンドソープを使って、手のひら、手の甲、指先とつめの間、指の間、親指、手首をしっかりと洗う習慣を身につけることが大切です。

だんだんと日差しが強くなり、気温や湿度も高くなって、ジメジメとした季節がやってきました。食中毒予防に手洗いを、熱中症予防には適切な水分補給をし、暑い夏を元気にすごしましょう。

## 飲み残しのペットボトルに注意！

ペットボトル飲料を飲む時に、直接口をつけて飲むと、飲み物の中に口の中の細菌が入ります。そして、飲み残した場合は時間がたつと、飲み物に含まれる栄養を利用して細菌が増えます。特に糖分の多い炭酸飲料や乳酸菌飲料、果実飲料は細菌の栄養になるものが多いので注意が必要です。ペットボトル飲料は、開けたら早めに飲みきりましょう。



## 7月のメニューのご紹介

\*3日(木) マイティソース：個包装のソースです。ハンバーグにかけて食べてください。

\*7日(月)

セタ汁：人参、玉ねぎ、干椎茸、ほうれん草と、米粉麺が入った汁物です。

星型ハンバーグ：セタらしい星の形のハンバーグをお楽しみください。

\*8日(火) 揚げぎょうざ：ひじきが入って鉄分豊富なぎょうざです。

\*15日(火) ミルぽてと：久しぶりの登場です。北海道産のじゃがいもと牛乳、乳製品(スキムミルク・バターミルクパウダー)が入っています。