

# 新宿あわわの 食品衛生すごろく

## スタート

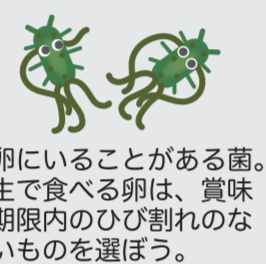
食中毒予防の6つのポイントを  
遊びながら学ぼう！

計画を立ててから  
買い物に行こう

お店に入るときはマスク・  
手の消毒



サルモネラ



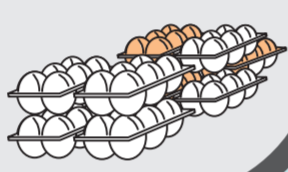
卵にすることがある菌。  
生で食べる卵は、賞味  
期限内のひび割れのな  
いものを選ぼう。

買い物の最初に  
冷凍食品を買ったら  
とけちゃった!!

2マスもどる

肉・魚はそれぞ  
れ分けて包もう

賞味期限などの  
表示をチェック



おうちに帰っ  
たらすぐ  
手洗い



冷蔵するも  
のは、すぐ  
冷蔵庫へ!



冷蔵庫がいっぱい  
で入りきらない!!

一回やすみ

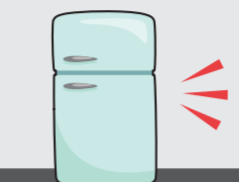
冷蔵庫は詰めすぎ  
ないで!  
めやすは7割



冷蔵庫は  
10℃以下  
冷凍庫は  
-15℃以下



冷蔵庫の扉を開ける  
時間はなるべく短く



冷蔵庫の扉を閉め  
忘れた!!

2マスもどる

肉・魚は汁がもれない  
ように包んで保存



体調が悪いときは  
食品の取り扱いを  
やめる



ノロウイルス  
感染した人の手指を介  
して食中毒を起こすこ  
とがある。感染の可能  
性があるときは調理し  
ないようにしよう!



ゴミは  
こまめ  
に捨て  
よう

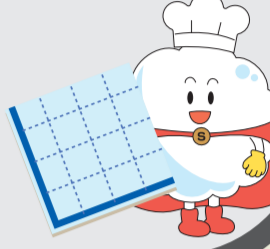


こまめに手を  
洗ったよ!



3マスすすむ

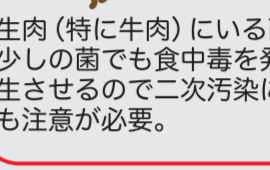
タオルやふきん  
は清潔なものに



肉・魚は生で食べる  
ものから離す



腸管出血性大腸菌  
生肉(特に牛肉)にいる菌。  
少しの菌でも食中毒を発  
生させるので二次汚染に  
も注意が必要。



きれいに見える  
野菜もしっかり  
洗ったよ!



2マスすすむ

肉・魚を切っ  
た器具は消毒



冷凍された  
食品は  
必要なだけ  
冷蔵庫で解凍



洗浄に使ったスポ  
ンジなども消毒し  
よう



台所は清潔に!

### ポイント1 食品の購入

### ポイント2 家庭での保存

### ポイント3 下準備

## ゴール

あなたも  
食品衛生博士!



時間が  
たちすぎたら  
思い切って捨てる

においをかいだら  
腐ってた!!

2マスもどる

温めなおすときも  
しっかり加熱しよう



早く冷める  
ように小分けする



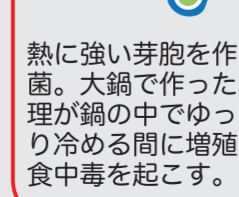
清潔な器具、  
容器で保存

鍋のままシチューを  
放置しちゃった!!

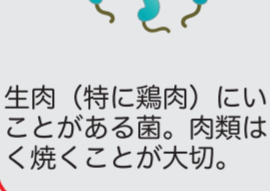


9マスもどる

ウェルシュ菌  
熱に強い芽胞を作る  
菌。大鍋で作った料  
理が鍋の中でゆっく  
り冷める間に増殖し  
食中毒を起こす。



カンピロバクター  
生肉(特に鶏肉)に  
いることがある菌。肉類はよ  
く焼くことが大切。

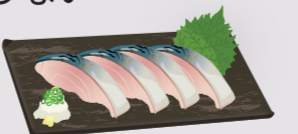


YES

いただきます!!

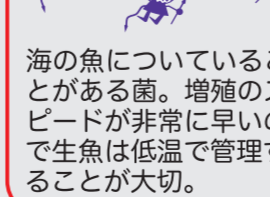
もう一回  
サイコロをふる

長時間室温に放置  
しない



テイクアウトや  
宅配の食品も  
早めに食べよう

腸炎ピリオ  
海の魚についているこ  
とがある菌。増殖のス  
ピードが非常に早いの  
で生魚は低温で管理す  
ることが大切。



一回やすみ

手を洗う前に  
つまみぐい!!

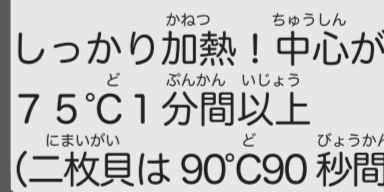


食事の前に手  
を洗おう

レンジでチンするとき  
はムラなく加熱されて  
いるか注意



しっかり加熱! 中心が  
75℃1分間以上  
(二枚貝は90℃90秒間)



作業前には手を洗おう



お刺身を切ったら  
寄生虫を見つけたよ

1マスもどる

アニサキス

魚介類に寄生して  
いることがあり、  
人の体内に入ると  
症状を起こす。



調理を途中  
で止めたら  
冷蔵庫へ



### ポイント6 残った食品

### ポイント5 食事

### ポイント4 調理

新宿あわわ

新宿区保健所 衛生課

新宿区新宿5-18-21  
新宿区役所第2分庁舎3階

電話 03-5273-3827