

やまぐち食の 安心・安全情報

第60号（令和7年12月）



【発行】やまぐち食の安心・安全推進協議会

(事務局)山口県環境生活部生活衛生課

753-8501 山口市滝町1-1

TEL: 083-933-2974/FAX: 083-933-3079

E-mail: a15300@pref.yamaguchi.lg.jp

©山口県

お弁当づくりによる食中毒を予防しよう！

食中毒は1年を通して発生します。特に冬になるとノロウイルスによる、感染性胃腸炎や食中毒が流行します。お弁当を作る際も、しっかり食中毒予防を行いましょう。

食中毒予防の大原則「つけない」「やっつける」「ふやさない」

つけない

手洗いのタイミング

- ・トイレの後
- ・調理前
- ・生肉、魚介類、卵を触った後

弁当箱

- ・蓋のパッキンは外し隅々まで洗う
- ・洗った後は十分に乾かす
- ・洗った直後に詰める場合、水分をしっかりふき取る

調理器具

- ・洗剤で洗い、乾燥させた物を使う
- ・盛り付け用の清潔な菜箸や使い捨て手袋を用意する



やっつける

しっかり加熱する

- ・食品は中心部が75℃で1分以上（カキ等の場合は、85℃～90℃で90秒以上）の加熱を行う

調理用温度計での確認もおすすめ

作り置きのおかず

- ・弁当箱に詰める前に再加熱する



ふやさない

水分は大敵

水分が多いと細菌が増えやすくなるため、おかずの汁気はよく切る

冷やしてから詰める

温かい食品を詰めると、蒸気がこもって水分となり、傷みの原因となってしまう

弁当を持ち歩く際

・長時間弁当を持ち歩く際は保冷剤や保冷バッグを利用する



お弁当を作る際の食中毒予防ポイント

ご飯

おにぎりは食品用ラップでにぎる



保存

冷蔵庫やなるべく涼しいところに保管して、早めに食べるようする



野菜

- ・よく洗い、水気を切って詰める
- ・プチトマトのへたは取る



おかず

- ・卵料理は、完全に固まるまで加熱する
- ・ソースなどの調味料は食べる直前にかける



食に関するフォトコンテスト2025

～やまぐちの「食」教えちゃろ！～ 結果発表



令和7年7月1日～9月30日まで実施した『食に関するフォトコンテスト2025

～やまぐちの「食」教えちゃろ！～』について、104点の応募がありました

たくさんのご応募をいただき、ありがとうございました！

厳正なる審査の結果、以下の12作品が入賞されましたので、ご紹介します

人物部門



最優秀賞

ママ！とうもろこし採れたよ！



フルーツもと～っても
美味しい県！ ❤️ ❤️



真剣な眼差し

(無題)

食品部門



最優秀賞

山口まんさいのお弁当



初めてのチキンチキンごぼう



じゃがいもの妖精

その他部門



最優秀賞

私も案山子



ぶどう～慈善～



とれたてのキラキラりんご 🍎



ぶどうの花畠 🍇



稲刈り 🌾

「やまぐち食の安心・安全情報誌」

バックナンバーはこちら！



食の安心・安全に関する
情報を各種SNSで発信中です！



<X>



<Instagram>

やまぐち食の安心・安全情報誌（第60号）