



●家庭でできる食中毒の予防の6つのポイント●

食中毒というと、食堂や旅館などの飲食店が原因と思われがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生していますし、発生する危険性がたくさん潜んでいます。

ポイント1 食品を購入するとき

肉や魚は分けて
包みましょう

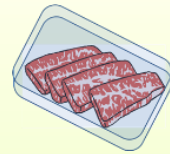
新鮮なものを
購入し、「期限表示」
をチェック!



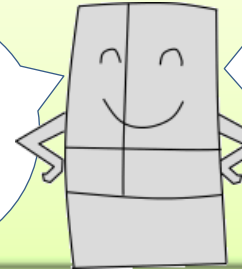
寄り道をせず、
まっすぐ帰り
ましょう

家庭で保存するとき

肉、魚は汁などが
もれないように包
んで保存



冷蔵・冷凍が
必要な食品
は、すぐに冷
蔵庫や冷凍庫
に!



冷蔵庫は食
品の詰めす
ぎに注意
(めやすは
7割程度)

ポイント3 下準備をするとき

作業前、肉、魚
などを取り扱
った後は、必ず
手洗い!

台所は整理整
頓し、タオルや
ふきんは清潔な
ものを

生肉や魚を切った
包丁、まな板は、
洗浄・消毒

解凍は冷蔵庫か
電子レンジで

野菜は流水
でしっかり
洗浄



調理をするとき

加熱は十分しま
しょう。(めやすは中
心部の温度が75℃で
1分以上)

調理を中断する
ときは確実に冷
ました後、冷
蔵庫に入れ、再
加熱は十分に!

電子レンジを使う
場合は、時々か
き混ぜるなど
均一に加熱さ
れるようにしま
しょう



ポイント5 食事をするとき

食事の前にも
必ず手洗い!

温かい料理は温か
いうちに、冷たい
料理は冷たいう
ちに食べましょ
う

長時間室温で
放置しない

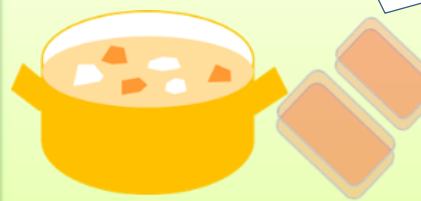


食品が残ったとき

温め直す時も
十分に加熱を!

残った食品は早
く冷えるよう
に小分けして
冷蔵庫(冷凍庫)
で保存しましょ
う。

時間が経ちすぎ
たり、ちょっと
でも怪しいな
と思ったら、
思い切って捨
てましょう。



●6月は食育月間です●

山口県では、「やまぐち食育推進計画（第2次）」を策定し、「食で育む 人づくり 地域づくり」を目指し、県民運動としての食育を推進しています。

重点課題

- ・生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育の推進
- ・生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進
- ・食を通じたコミュニケーションを図る「共食」の推進
- ・地域や環境と調和した食生活の推進



県による取組

- 平成26年度スーパー食育スクール指定校
防府市立華城小学校の取組
- 学校・家庭・地域が連携して食生活の改善に取り組み、食への関心が高まりました。
- 保護者や食生活改善推進員と連携した指導
 - ・土曜授業日を活用した食育授業
 - ・講師を招いた食育講演会
- 教科等の授業における食に関する指導
 - ・地域の事業者や関係機関と連携した体験的な活動
- 学校給食を活用した食に関する指導
 - ・「はなぎ元気っこ汁」の募集と給食での提供
 - ・給食献立表でレシピを紹介し、家庭に啓発

できることから始めよう！

こんなことも「食育」につながります！



- ・家族や友人と楽しく食卓を囲む
- ・1日3食きちんと食べる習慣を身につける
- ・感謝の気持ちを込めて「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする
- ・はしの正しい持ち方や、食器の正しい並べ方を身につける

食育は子どもだけのものではありません。食に関する正しい知識を持ち、健康を作りましょう！

●山口県産農林水産物の消費拡大事業 実施中！●

「ぶちうま！山口」の割引販売
やまぐちの美味しい物がぎゅっと詰まった
お得なカタログギフトです。

- ☆あおぞら 10,000円→7,000円
- ☆ゆうなぎ 5,000円→3,000円
- ☆こもれび 3,500円→2,500円

合計 10万冊販売



「ぶちうま！海セット」の割引販売
やまぐちの海の恵みを伝統の技で美味しく仕上げた
水産加工品のセットです。

- ☆紺碧(こんぺき) 10,000円→7,000円
- ☆海原(うなばら) 5,000円→3,000円
- ☆夕風(しおかぜ) 3,500円→2,500円

合計 5万セット販売



やまぐち県産「花の割引券」プレゼント
キャンペーン

花束やフラワーアレンジメントなど
3,000円以上の購入で1,000円の割引券

合計 6万枚プレゼント



◇取扱店舗など詳しくは「ぶちうま！やまぐち.net」から

<http://buchiuma-y.net/>



ぶちうま!
やまぐちの農林水産物
<http://www.buchiuma-y.net>



ふるさと割

国の交付金を活用して、価格を割引いています

←取扱店舗はこのステッカーが目印

◇お問い合わせ御相談は
山口県ぶちうまやまぐち推進課まで
TEL 083-933-3395