

※各グループで整理されたものの中で、代表的なものや要点を記載したものです。(これは、意見交換時に入力映写しました)

## 食中毒予防のために、家庭でできること

### Point 1 食品の購入

A	買い物時の注意	期限・品質の確認。温度管理。
B	買い物	刺身はブロックで買うか、自分で裁く
C	日頃から気をつけること	賞味期限等のチェック
	知識や情報の入手	
D	買い物	鮮度や期限に気をつける。早く帰宅する。
	帰宅時	うがいや手洗いの励行。
E	購入時	新鮮なもの、傷みのないものを買う。
F	食品の購入・保管	食品を購入したらすぐ冷蔵する。

### Point 2 家庭での保存

A	食品の保管	計画的な購入と温度管理。
B	冷蔵庫	冷蔵するものは冷蔵庫へ。買い物したら早く入れる。
C	日頃から気をつけること	冷蔵庫内の食品の点検の実施。
	知識や情報の入手	
D	食品の保管	冷蔵庫に詰め込まない。過信しない。温度管理。
E	保存	食品が傷まないように保存。
F		

### Point 3 下準備

A	調理時の注意	手洗い、包丁、まな板の使い分け。
	器具の管理	洗浄、消毒
B	食品・器具の洗浄	野菜は流水で洗う。魚はしっかり洗う。まな板、包丁、ふきん、エプロンも
C	調理するとき	調理器具の洗浄の徹底
D	台所の衛生管理	ふきんやスポンジ、まな板を清潔にする。消毒する。
E	下処理	しっかりまな板を洗浄。
	片付け	調理器具の洗浄
F		

### Point 4 調理

A		
B	加熱	しっかり加熱する。手に傷があるときは料理しない。
C	調理をするとき	手洗いを徹底する
	調理の過程	十分な加熱
	食べるまで	冷蔵庫で保管する
	計画的な調理	必要以上に作らず、残さない。
D	調理前	ていねいな正しい手洗いをする。食品をよく洗う。消毒設備を設ける。
	調理中	しっかり加熱する。手に傷があるときは料理しない。魚肉、野菜用のまな板を区別する。生ものを触った後に
	調理後	食べるまで冷蔵庫で保管。汚れた器具をしっかり洗う。
E	調理	しっかり加熱する。
F	調理のとき	手洗いと十分な加熱調理

### Point 5 食事

A		
B	手洗い	外出後、調理前、食事前に石鹼で手を洗う。暴飲暴食しない。
C		
D	食事	生肉を食べない。食べるまでの時間を短くする。市販品の非加熱のものは食べない。
E	食事の時の心構え	食事前の手洗い。
F	食事	調理したらすぐ食べる。

### Point 6 残った食品

A		
B	期限	期限内に食べる。
C		
D		
E		
F	残った食品の保管	残った食品はすぐ冷蔵庫へ。

Point 0 その他

A	日常的に気をつけること	健康管理、情報収集
B		
C	健康管理	自分や家庭の健康状態をチェックする
D	健康管理	自分の体調をしっかり管理する。
E		
F		