

野外料理でも、食中毒に用心を!

夏はキャンプの季節。みんなで作る野外料理も楽しみですね!

でも、7月から9月は、食中毒が起こりやすい季節で、
キャンプ場で食中毒事故が起きることもあります。

そのようなことがないように、特に注意したいポイントを覚えて、楽しい夏をすごしましょう!

(1) 料理・食材選びは時間が決め手!

- 簡単に、短時間で調理できる
料理と食材を選ぼう。

時間と手間のかかる料理は、
そのぶん、
菌が増えやすくなるよ!



(2) 買い物はなるべく現地で!

- お肉や魚、野菜などはキャンプ場の
近くで新鮮なものを買おう。
買った材料は
クーラーボックスで保存を。

でも、調理の前に、
見た目や臭いを
確かめるのを
忘れずに!



(3) 手と調理器具はよく洗う!

- 包丁やまな板、鍋や食器は
必ず洗剤でよく洗い、
次に使うまで
しっかり乾かしておこう。

もちろん、
調理する人は
よく手を洗うこと!



(4) 生肉、生焼けに要注意!

- 肉や魚を「生」や
「生焼け」で
食べるのは危険!
しっかり加熱しよう。

調理の時は、
生肉と野菜の
お皿を別々に!

