

食中毒にならないために（買い物編）

買 い 物



生鮮食品は新鮮なものを選ぶ

- 魚の目はにごっていない
- トレイの底にドリップ・肉汁が出ていない
- 消費期限や保存方法を確認する

-15℃以下



冷凍食品はカチカチに凍ったものを選ぶ

- 霜がついていない
- 色が変わっていない
- 冷凍ケース内の温度を確認（-15℃以下）

びん・缶詰はふたや容器が変形していないものを選ぶ

- 缶がふくれていない、サビていない
- ふたの部分がゆるんでいない
- レトルト袋がふくれていない



- 肉や魚は別々に、汁がもれないようビニル袋に入れる
- 刺身や食肉は氷や冷媒を当てて冷やす
- 温度管理の必要なものは最後に購入し、早く帰ってすぐに冷蔵庫・冷凍庫へ入れる



保 存

- 期限表示や、保存方法を確認する
- 床に食品をおかない
- 流し台の下に置く場合は排水もれなどないか点検する

