



* 節電と食中毒～冷蔵庫は10 以下に管理しましょう

この夏はしきりに「節電」という言葉が飛び交いますが、節電を意識するあまり体調を崩したり、食品の保存状態が悪くなって食中毒を起こしたりしないように気をつけましょう。

庫内温度を上手に調節し、夏を無事に乗り切りましょう。

真夏は庫内温度が上がりやすいので要注意

冷蔵庫は温度管理がポイントです。

真夏は外気温が高く、庫内温度が簡単に上がってしまいます。

外気温 30 で温度調節を「中」または「通常」にした場合、食品を入れずにドアを閉じた状態で

冷蔵庫内：約 2～5 ドアポケット：約 3～7 チルドケース：約 0～2 とのこと。

庫内に詰める目安は7割、整理整頓し、開閉は素早く

厚生労働省が食中毒予防に必要としている温度は10 以下。

WHO(世界保健機構)は「5 以下が望ましい」としています。

よく出し入れする食品は手前に置き、なるべく早く食べ切るようにします。

比較的冷えにくいドアポケットには、腐敗しやすいものは置かないようにします。

