

# た

## 「確かな目をもって」食べる

### ① 食の安全についての知識と理解を深める

目指す姿

- 食の安全に対する意識を高め、知識や情報を習得しています。



### ② 自分や家族の身を守るために食品を選択する

目指す姿

- 食品表示を確認し、食べています。
- 非常時にも、生命や健康の維持に必要な市民生活が確保できるよう、日頃から意識を高め、食の対応力を身につけています。

### ③ 「確かな目をもって」食べるための実践のポイント

- 食の安全に関心を持つ
- 食中毒予防
- 安全な食品・料理の提供
- 食品表示を理解する
- 食品表示を確認して購入する
- 栄養成分表示を理解・活用する
- 食物アレルギーについて正しく理解する
- 一人ひとりが災害時に備える
- 食料や飲料水を備蓄する
- 防災訓練に参加する
- 災害時に迅速かつ安定して物資を供給できるよう、関係機関等の体制を整備する
- 食に関する正しい情報の選択・活用
- 正しい手洗い



食中毒の予防は、食の安全の基本です。  
食中毒について基礎的な知識を持ち、  
買い物・食品の保存・下準備・調理・食  
事・後片付けの各段階で、知識を踏ま  
えて行動することが重要です。

#### 手洗いのポイント！！

- 石けんをつけて良く泡立てた後、1～6の順番に、数秒ずつ数えながらこすり洗しましょう！
- 30秒くらい時間をかけて洗いましょう。（「ぞうさん」の歌を2番まで歌うのが目安です）
- 流水でよく流した後、きちんと手を拭いて乾燥させましょう！

