

来て、見て、知って、

「食の安全」の時間。



No.12

十月七日(月)
二〇二四年秋号



考えてみよう、食料自給率

#食料自給率 #食料安全保障
#食料・農業・農村基本法 #地産地消

令和5年度の日本の食料自給率が公表されました

食料自給率は、食料の国内消費に対する国内生産の割合を示した数字のこと

食料自給率を上げないといけないのはなぜ？

→輸入に頼り切りになると、輸出国に何かあった時、いつも食べている食品が手に入らなくなるかも...

食料自給率を上げるために私たちができることは？

→できるだけ国産の食材で、旬のものを食べよう！



日本の食料自給率は38% (R5年度時点、カロリーベース)

知ってる？
日本の食料事情↓



私たちが普段食べている食品の自給率はどれくらいだろう？

やってみよう！
自給率計算↓



煮込み料理はウェルシュ菌に注意！

#ウェルシュ菌 #煮込み料理 #食中毒
#つけない・ふやさない・やっつける

ウェルシュ菌とは何か知っていますか？

食べ物とともに腸に達し、腸で毒素を作り、食中毒を引き起こす菌で、煮込み料理で多く発生します

ウェルシュ菌は、料理を常温(※)で放置すると増殖します。なるべくその日のうちに食べ切りましょう

保存する時は「小分けにして早く冷ます」、食べる時は「かき混ぜてしっかり加熱」がポイント

調理と保存の正しい方法を知って、美味しい煮込み料理を安全に楽しみましょう！

(※)12~50℃

詳しくはこちら→
(農林水産省HP)



〈原因になりやすい食品の例〉



〈料理を小分けにするときは〉



底が浅く平たい容器や保存用の袋を使うと、中身が冷めやすく菌が増えにくくなる

