

# ちびっとコラム

## お弁当の食中毒対策に



お弁当の食中毒対策のポイントは、「水分の除去」「十分な加熱」「保冷」の3つです。ごはんや加熱したおかずをお弁当箱に詰める際は、十分に冷ましてから詰めましょう。また、保冷剤の代わりに自然解凍で食べられる冷凍食品をうまく活用しましょう。(P.N.ミナフジコ)