

가정통신문

2023년 12월 식중독 예방 안내

안녕하세요. 청평지역아동센터입니다.
12월 식중독 예방 안내문을 발송드립니다. 야외 활동 시 주의해야 하는 식중독 예방
법과 노로바이러스에 대한 정보를 공유하여 안전한 식생활을 돕고자 합니다.

야외활동 시 식중독 주의하기

식품의약품안전처

중앙급식관리지원센터

야외 활동 식중독



야외 활동이 많아지는 가을철에 도시락 등으로 인한 식중독 발생 우려가 높아 식음료 준비·보관·섭취에 각별한 주의가 필요합니다.
가을철에 식중독을 예방할 수 있는 방법을 우리 함께 알아봅시다.

식품의약품안전처

중앙급식관리지원센터

야외활동 시,
안전한 도시락 준비·보관·섭취 요령

1



흐르는 물에
30초 이상 손씻기

2



과일·채소류 등은
흐르는 물로
깨끗이 씻기

3



조리음식은
중심부온도까지
완전히 익히기

4



식수는
끓여서 준비하기

5



음식은 충분히 식힌 뒤
용기에 담거나
보온 용기에 보관하기

식품의약품안전처

중앙급식관리지원센터

야외활동 시,
안전한 도시락 준비·보관·섭취 요령

1



조리된 식품은 실온에서
방치하지 않기
(조리 후 2시간 이내 섭취)

2



아이스박스 등을
이용하여
10℃ 이하에서
보관·운반하기

3



햇볕이 닿는 공간이나
자동차 트렁크에
보관하지 않기

식품의약품안전처

중앙급식관리지원센터

야외활동 시,
안전한 도시락 준비·보관·섭취 요령

1



식사 전 손을 깨끗이
씻거나 물티슈로 닦기

2



실온에 오래 보관되었던
식품은 과감히 버리기

3



마실 물은 가정에서
준비하고
계곡물이나 샘물 등을
함부로 마시지 않기

청 평 지 역 아 동 센 터

TEL.031-584-5963 / 010-4527-6301

가정통신문

식품의약품안전처 국민안심이 기준입니다

1 노로바이러스란?

식중독 원인의 하나로 감염 시 설사, 복통, 구토 등의 증상 심한 경우 탈수로 인한 사망까지 이를 수 있습니다.

노로바이러스의 특징

무증상자나 증상이 사라진 감염자에서도 바이러스 배출 가능, 손에 잘 부착

매우 소량 (10개)의 바이러스로도 감염 발병 가능!

발행일: 23. 11. 9. 2/4

식품의약품안전처 국민안심이 기준입니다

2 노로바이러스의 주 감염원은?

원인 식품

분변·구토물 등에 오염된 굴 등 어패류

감염 경로

바이러스에 오염된 식품 손을 통해 입으로 전파

노로바이러스는 -20°C 에서도 살아남을 수 있어 **겨울철에 더욱 위험합니다**

발행일: 23. 11. 9. 3/4

식품의약품안전처 국민안심이 기준입니다

3 노로바이러스 예방법은?

01 깨끗하게 손 씻기

02 물은 끓여먹기

03 어패류는 수돗물로 세척하고 85°C 로 1분 이상 가열하기

발행일: 23. 11. 9. 4/4

식품의약품안전처 국민안심이 기준입니다

노로바이러스 식중독 바로 알아 예방해요

발행일: 23. 11. 9. 1/4

청평지역아동센터

TEL.031-584-5963 / 010-4527-6301