

봄철 식중독을 조심합시다!

3~5월, 클로스트리디움 퍼프린젠스 식중독 주의!

❗ 일교차가 커지는 봄철에 조리된 식품의 보관 온도를 지키지 않으면 클로스트리디움 퍼프린젠스(Clostridium perfringens) 식중독이 발생할 수 있으므로 **조리 식품의 보관-섭취 및 개인위생에 각별히 주의**해야 합니다.

- 클로스트리디움 퍼프린젠스 식중독은 노로바이러스, 병원성대장균, 살모넬라 다음으로 많이 발생하는 식중독으로 특히 봄철에 많이 발생하고 있습니다.
- 최근 5년('13~'17년) 동안 클로스트리디움 퍼프린젠스 식중독은 총 90건(환자 수 3,104명)이 발생하였고, 이 중 50건(55.6%), 1,669명(53.3%)이 3~5월에 집중되었습니다.



퍼프린젠스 균이란?

- 퍼프린젠스균은 돼지고기, 닭고기, 육류가공품, 기름에 튀긴 식품이나 큰 용기에서 조리된 수프, 국, 카레 등을 **상온에 보관할 때 잘 자랍니다.**
- 퍼프린젠스균은 자연계에 널리 분포하는 세균으로, **산소가 없는 곳에서도 잘 자라고 열에 강한 포자(균의 씨앗)**를 만듭니다.
- 가열한 음식이라도 **상온에 방치**하면 포자가 균으로 자라서 장독소를 생산하여 복통, 설사 등 **식중독**을 일으킵니다.



- 1 100°C, 1시간 이상에도 생존
- 2 60°C 이하 상온에서 세균 증식
- 3 8~12시간 잠복 후 설사·복통 유발

퍼프린젠스 균 식중독 예방법을 알아보아요.

- 1 육류 등의 식품은 **중심온도 75°C에서 1분 이상** 되도록 완전히 익힙니다.
- 2 조리 후 **2시간 이내**에 섭취합니다.
- 3 조리된 음식은 바로 식혀서 보관합니다!
- 4 음식은 조금씩 덜어서 보관합니다.
- 5 차가운 음식은 5°C 이하로, 따뜻한 음식은 60°C 이상에 보관합니다.

올바른 냉각방법

- ❑ 여러 개의 용기에 나눠 담습니다.
- ❑ 싱크대에 차가운 물이나 얼음을 채운 후 큰 숟가락이나 냄비를 담그고 규칙적으로 저어줍니다.

특히, 뜨거운 음식을 냉장·냉동고에 바로 넣으면 냉장고 내부의 온도가 상승되어 보관 중인 음식도 상할 수 있으므로 **식혀서 넣어야 하며, 선풍기는 먼지로 인한 오염이 발생할 수 있으므로 사용하지 말아야 합니다.**

※ 보관된 음식을 섭취할 경우에는 75°C 이상에서 재가열하도록 합니다.



우리 아이의 식판을 깨끗이 씻어주세요!

식기가 청결하지 않으면, 우리 아이가 먹는 음식에 영향을 줄 수 있어요~ 세척 시에는 이물질이 남지 않도록 꼼꼼히 행구고, **세척 후에는 소독**해주세요~
소독 후에는 물기를 완전히 제거해야 깨끗한 상태가 유지돼요♥



< 세척 및 행굼 >



< 알코올소독 >



또는 < 열탕소독 >

음식물쓰레기 줄이기 교육

썩썩 짹짹! '빈그릇'으로 지구를 지켜라!

줄일수록 좋아요, 세 살부터 어른까지 “빈 그릇 습관”

음식물 쓰레기를 줄이면, 지구환경이 살아나고 우리경제에 웃음꽃이 피니다.

우리가 먹다 남긴 밥이나 반찬은 잔반통에 버려져 쓰레기가 됩니다.
그런데 이 음식물쓰레기가 지구를 위협하는 골칫거리 대마왕이라는 사실을 아나요?
음식물쓰레기는 환경오염을 일으켜 지구에 사는 동물과 식물,
그리고 인류의 생존마저 위협하고 있습니다.
하나뿐인 지구를 위기에서 구하려면 모두가 힘을 모아 음식물쓰레기를 줄여야 합니다.
환경오염으로 멸종 위기에 빠진 북극곰을 구하고 싶은가요?
그럼 음식을 먹을 때 **먹을 만큼 덜어 남김없이 먹는 습관**을 들이세요.
여러분도 썩썩짹!
'빈 그릇'으로 지구를 지키는 영웅이 될 수 있습니다.



음식물쓰레기 정의와 문제점

음식물 쓰레기란 식품의 생산 · 유통 · 가공·조리 과정에서 발생하는 농 · 수 · 축산물 쓰레기와 먹고 남은 음식찌꺼기 등을 말하며 매년 전체 음식의 1/3이 버려져 연간 8천억원의 처리비용이 낭비되고 있습니다.

음식물쓰레기를 버리면...



- 에너지 낭비
- 온실가스 배출
- 수거 · 처리시 악취 발생
- 고농도, 폐수로 수질오염
→ 2013년부터 음폐수 해양배출 금지로 처리 곤란



- 식량자원 가치
→ 연간 20조원(2010년 기준)
- 처리비용 8천억 원



- 식량 · 곡물 자급률이 낮아져 농 · 축 수산물 수입증가
(식량자급률 50%, 곡물자급률 27%)
- 한식세계화에 걸림돌
(불필요하게 많은 반찬은 낭비적인 음식문화로 인식)

음식물쓰레기가 아닙니다. 분리해주세요.

발생단계에서 분리배출만 잘해도 30%이상 감량

음식물 쓰레기가 아니에요!!

- ✗ 소, 돼지, 닭 등의 털, 뼈다귀
- ✗ 조개, 고약 등 파충류 폐기물
- ✗ 호두, 밤 등 견과류의 껍데기와 복숭아, 감 등 핵과류의 씨, 망고 및 파인애플 등의 껍질
- ✗ 달걀, 오리알, 매추리알 껍데기
- ✗ 쪽파, 미나리 등의 뿌리, 양파, 생강 등의 껍질
- ✗ 고추씨, 옥수수대, 1회용 타백

생활 쓰레기 봉투에 담아 배출해 주세요

함께 실천해봅시다.

★급식실에서 이렇게 해봅시다★

1. 음식을 먹을 때 감사하는 마음을 가진다.
2. 욕심을 부리지 말고 적당한 양을 배식 받는다.
3. 편식하는 습관을 버린다.
4. 배식 받은 음식은 남김없이 먹는다.
5. 음식물 쓰레기와 다른 쓰레기를 분리한다.



가정에서

- 최소한의 식재료만 구입합니다
- 식사량에 맞게 조리합니다
- 식재료는 투명한 용기에 넣어 냉장고에 보관합니다

음식점에서

- 남은 음식은 포장해줍니다
- 기본반찬 수는 줄이고 소형찬기에 담습니다
- 먹을 만큼 덜어먹을 수 있는 복합찬기를 사용합니다