



가정통신문

담당부서 : 초등 학생생활부
전화번호 : TEL 021) 6493-9626
FAX 021) 6493-9600
홈페이지 : http://skoschool.com

中國 上海市 閔行區 华漕鎮 聯友路 355號 (郵)201107

5월 안전교육(식중독 예방 교육)

학부모님, 안녕하십니까?

기온이 점차 상승하는 5월은 세균 증식이 활발해지는 시기로, 식중독 발생 위험이 높아지는 시기입니다. 학생들의 건강한 학교생활을 위해 본교에서는 식중독 예방 교육을 실시하고 있으며, 가정에서도 식중독 예방에 각별한 주의를 부탁드립니다.

여름철 식중독

식중독이란 무엇인가요?


살아있는 세균 또는 세균이 만들어낸 독소를 함유한 식품 섭취로 인해 설사, 복통 등의 급성 위장염 증상을 나타내는 질병을 말합니다.

식중독은 왜 여름에 더 조심해야 하나요?

식중독은 기온과 습도가 높은 여름철에 특히 세균 증식이 활발해지며, 식중독이 가장 많이 발생합니다.

식중독 유발 주요 원인 식품과 세균은?

최근 식중독은 다양한 세균(살모넬라균, 병원성 대장균 등)에 의해 발생하고 있어, 일상 식재료 위생 관리에 각별한 주의가 필요합니다.

 살모넬라균	오염된 달걀, 김밥 등 복합조리식품 달걀 만진 후 반드시 손씻기
 병원성 대장균	배추 겉절이, 샐러드 등 가열 조리 없이 섭취한 생채소 채소류 관리 주의
 캠필로박터 제주니균	가금류, 난류, 우유, 햄버거 등 생닭과 식재료 교차 오염 주의 가금류 만진 후 손 씻기
 장염비브리오균	오염된 어패류 및 오징어 등 신선한 어패류 구매 후 냉장보관 조리도구 열탕 소독

여름철 식중독 예방 관리

가정에서는 아래 예방 6대 수칙과 같이
음식물 취급 조리시 각별히 주의하여야 합니다.

식중독 예방 6대 수칙

1 손 씻기  흐르는 물에 비누로 30초 이상 씻기	2 익혀먹기  육류 중심온도 75℃ (가금류는 85℃) 1분 이상 익히기	3 끓여먹기  물은 끓여서 마시기
4 세척·소독하기  식재료·조리기구는 매끼마다 세척·소독하기	5 구분 사용하기  냉음식과 조리음식 구분 칼·도마 구분 사용	6 보관온도 지키기  냉장식품은 5℃ 이하, 냉동식품은 -18℃ 이하

여름철 식중독 예방을 위한 가이드라인

- ▶ STEP 1. 올바른 손 씻기
- ▶ STEP 2. 위생적으로 조리하기
 - 과일·채소류는 흐르는 물에 3회 이상 깨끗이 씻기
 - 칼·도마는 채소류, 육류 구분하기
 - 육류는 충분히 익혀 먹기(중심온도 75℃, 1분이상)
- ▶ STEP 3. 구분해서 담기
 - 찬 음식과 따뜻한 음식은 구분 보관하기
 - 상온에 식품을 보관하지 않으며, 냉장식품은 5℃ 이하, 냉동식품은 -18℃ 이하에서 보관하기
- ▶ STEP 4. 아이스박스 보관·운반
 - 조리된 음식은 아이스백을 이용해 차갑게 보관 및 운반
 - 생고기는 이중포장 후 가장 아래칸 보관(교차오염방지)
- ▶ STEP 5. 조리식품 빠른 시간 내 섭취하기

자료출처: 식품의약품안전처

2026. 5. 11.

상 해 한 국 학 교 장(직인생략)