



# コバトン食の安心情報

令和元年8月号（発行：7月29日）

埼玉県マスコット  
「コバトン」

食品の保存に欠かせない冷蔵庫ですが、上手に使えていますか？  
今月号では冷蔵庫の上手な使い方を解説します。



## 冷蔵庫、上手に使ってる？

要冷品はすぐに冷蔵庫へ

入れるのは7割程度に

温かいものは冷ましてから  
しまう

ドアの開閉は  
少なく、短時間で

冷蔵庫は  
10℃以下に  
維持

冷凍庫は  
-15℃以下  
に維持

肉・魚は汁が漏れないように包み、  
冷蔵庫の下部へ

再冷凍は  
しない

残り物や開封した食べ物は、冷蔵庫でも長期保存せず、  
すぐに食べきるようにしましょう！

埼玉県マスコット  
「さいたまっち」

