

# 冷蔵庫の日

夏至の日(6月21日前後)は冷蔵庫の日です。夏季に入る前に冷蔵庫の点検を推奨するもので、日本電機工業会が1985年に制定しました。

冷蔵庫の奥のほうに賞味期限の切れたものや品質が悪くなったものが入っていないかをチェックしましょう。定期的に点検して古いものがないかを確認し、調味料などがこぼれて汚れているところはふき掃除やアルコール消毒し、庫内を清潔に保つことが大切です。また昨年の夏からそのままにしている氷などがあれば一度捨てて作り直しましょう。買い物をした食品をパックのまま冷蔵庫に入れると、流通や販売の過程でパックに菌が付着している可能性があるため注意が必要です。特に肉や魚はパックから漏れた汁が他の食材に付いて食中毒などを起こさないようにビニール袋に入れて保管しましょう。

冷蔵庫の使い方のポイントとして、「コの字収納」があります。庫内の両サイド、奥に入れるようにし、真ん中をあけることで食品がすぐに見渡せます。また、水分の多い食品は冷気の吹き出し付近に置かない（食品の乾燥を防ぐ）、熱いものは冷ましてから入れる（庫内温度上昇による食品の劣化を防ぐ）など、ご注意ください。

