



～食中毒の予防～



6月になり気温の高い日やジメジメとした日が多くなってきましたね。

雨が降り湿気が多くなるこの時期は食中毒に注意が必要です。

毎年6月から7月にかけてご家庭での食中毒の件数は増加しています。

食中毒対策をしっかりとって梅雨の時期を乗り越えましょう！！

食中毒予防の大三原則

つけない・増やさない・やっつける

つけない

調理の前後・トイレの後・食事前は必ず手を洗いましょう。

調理器具は肉用・魚用・生野菜用でまな板や包丁を分けるのが好ましいです。

食品を保管する際には密閉容器に入れ保存しましょう。



増やさない

冷蔵が必要な食品は直ちに冷蔵庫へ入れましょう。冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は

-15℃以下に維持することが目安です。収納量は7割程度に留め、詰め込みすぎに注意しましょう。

調理後は室温に長時間放置せず、なるべく早く食べましょう。

やっつける

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅します。食品の中心温度が75℃で1分間以上(ノロウイルスの場合は85～90℃で90秒以上)加熱することが推奨されます。

調理器具は洗剤でよく洗い、熱湯をかけて殺菌しましょう。

