

0157等による 食中毒を予防しましょう

夏は、0157等の腸管出血性大腸菌による食中毒が多発します。
(3~8日の潜伏期間後、下痢、腹痛、発熱、血便を主に発症)
ここでは予防方法について解説します。

肉はよく焼いてから食べましょう

牛・豚などの家畜の腸内にいる腸管出血性大腸菌等の食中毒菌が、生肉に付着していることがあり、生や加熱不十分なまま食べると、食中毒症状を引き起こします。

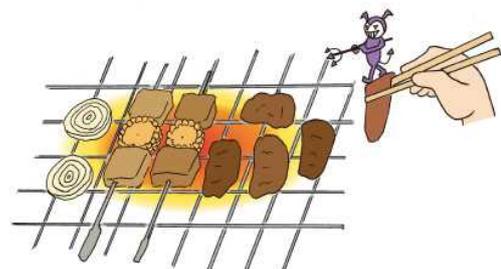
肉は表面だけでなく
中心部まで
十分に加熱する。



生の肉を触った後は、
石けん・流水により
しっかりと手を洗う。



箸・トングについては、
肉を焼く用と食べる用
で別々にする。



野菜でも食中毒が起きています

生野菜・浅漬などを原因とした腸管出血性大腸菌による食中毒が過去に起きています。

野菜の表面を水道水

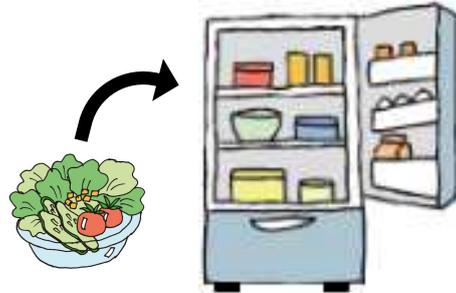
で十分に洗う。

〔特に土・泥は

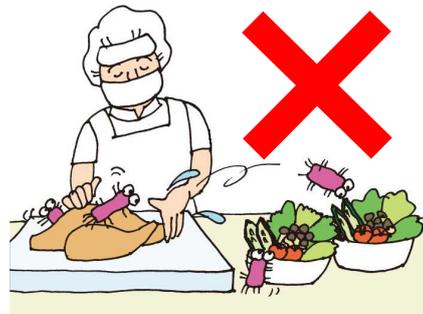
確実に取り除く〕



カットした野菜は、冷蔵庫に保管する。



生で食べる野菜と肉の調理を同時に行わない。



冷蔵庫、食品の温度管理も徹底しましょう

高温多湿の夏は食中毒菌の増殖が活発になります。
冷蔵庫内・食品の温度上昇を防ぐための取組が大切です。

- 要冷蔵・冷凍の食品は、購入後すぐに冷蔵・冷凍庫に保存。
- 冷蔵庫のドアの開閉、食品の出し入れは最小限に。