

夏場の食中毒予防

食中毒予防の3原則は、菌を

『**つけない**』『**ふやさない**』『**やっつける**』です。

6月から9月にかけて、湿気が多く暑い日が続きます。

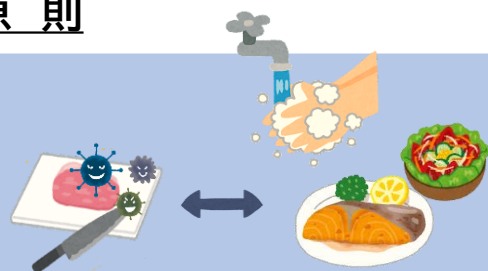
予防ポイントをおさえて、安心・安全な食事にしましょう。

食中毒予防の3原則

つけない



- 調理・食事前、肉・魚を触った後などは必ず手洗いを！
- 材料と調理済み食品が接触しないようにする



ふやさない



- 購入した食品は、すぐ冷蔵庫・冷凍庫へ
- 調理した食品はすぐ食べる、また残った食品は室温で放置せず冷蔵庫へ



やっつける



- 食品の十分な加熱(中心温度75℃1分間以上)
- 調理器具(特にまな板、包丁)は洗ったあと熱湯消毒を

料理を温め直すときも十分な加熱を！



加熱不足の鶏肉料理による

カンピロバクター食中毒が多発しています！！

カンピロバクターとは？

- 鶏の消化管内に生息している菌
食鳥処理の過程で筋肉(鶏肉)を汚染することがある
- 少量の菌数で多数の患者数を出す
- 熱・乾燥に弱い



食中毒の症状は？

- 鶏肉を食べてから2～5日で下痢(血便伴う場合あり)、腹痛、発熱
- 重症化すると…
ギラン・バレー症候群(手先や手足が急に動かない、排尿・排便障害)が起こる可能性がある

(参考:厚生労働省 カンピロバクターによる食中毒について)

～カンピロバクターによる食中毒を予防するために～

食肉は中心部までしっかりと加熱(中心部75℃で1分以上)する

▶ 『新鮮だから安全』ではありません。
加熱調理し、半生や生のまま食べないようにしましょう。

二次汚染の防止

▶ 鶏肉を扱ったまな板や包丁の洗浄・消毒、十分な手洗いなどを行い、他の食材に菌がうつらないよう注意しましょう。

食中毒注意報が発令されています



大分県では6月から9月までの4か月間に気象状況が食中毒の発生しやすい条件に達した際、食中毒注意報を発令しています。
詳しくは大分県のホームページ「食中毒注意報発令について」をご確認ください。

<https://www.pref.oita.jp/site/suishin/tyuihou.html>

