

きょうの  
食品まめ知識

## 食中毒に注意！



食中毒は1年中発生しますが、やはりこれからの季節は多くなります。食中毒を予防するポイントは、細菌をつけず・増やさず・やっつける、この3つです。具体的な方法をみてみましょう。

### ①つけず

手や調理器具はこまめに綺麗に洗うことが大切です。魚や肉等生のものに触ったあと、口に入れるものに直接接触する前には、こまめに手を洗い、使う器具もよく洗いましょう。

### ②増やさず

冷蔵庫で保存すべきものは、すぐに冷蔵庫に入れましょう。低温で管理すれば、細菌は増えにくくなります。ぎゅうぎゅうに詰め込んだり、ドアを何度も開け閉めすると、温度が上がってしまいますから注意しましょう。

### ③やっつける

たとえ食品に菌がついていても、しっかり火を通せば菌は死んでしまいます。全ての食中毒が予防できるわけではありませんが、75度以上で1分以上加熱する方法は、大腸菌やサルモネラ菌、腸炎ビブリオなどに効果的です。

これからの季節は、屋外で食事をすることもあると思いますのでご注意ください。

京都府農林水産部食の安心・安全推進課

TEL : 075-414-5654 URL : <http://www.pref.kyoto.jp/shoku-anshin/index.html>