

きょうの  
食品まめ知識

# 食中毒予防ポイント!!



- 食中毒は1年中発生しますが、やはり梅雨入りから多くなります。  
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・・・食品に細菌をつけないためには、手や調理器具はこまめにきれいに洗うことが大切です。魚や肉、野菜など生のものに触ったあとやパンやお刺身など、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、買ってきたら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。もちろん、冷蔵庫の中の温度は10度以下というのが前提です。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・・・最後に、十分に加熱することです。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。

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>