

# 夏の食中毒にご用心!

## ～食中毒を引き起こす原因は?～

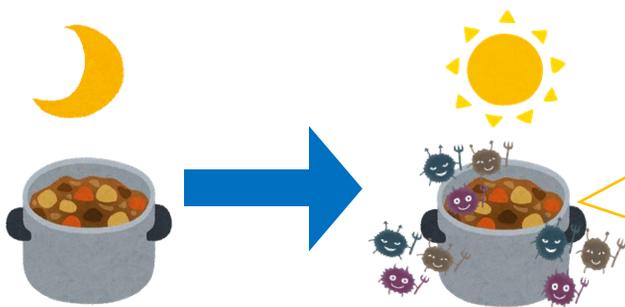
原因は「細菌」と「ウイルス」です。細菌が原因となる食中毒は6月から8月に多く発生しています。

### その①: 不十分な手洗いや手指の傷



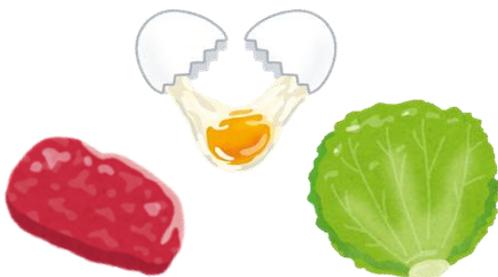
傷や化膿している  
手指は要注意!

### その②: 調理済み食品の長時間室温放置



細菌の多くは高温  
多湿な環境で増殖が  
活発になる!

### その③: 生食や不十分な加熱



細菌が付着している  
可能性があるため  
生食は危険!

# ～食中毒予防の3原則～

## ① 菌を付けない

調理の前に正しい  
手洗いをする



保存にはラップや  
密閉容器を使用する



原材料・調理器具は  
よく洗浄する

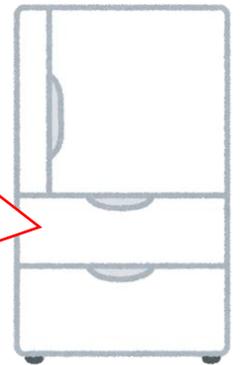


## ② 菌を増やさない

- ・持ち帰ったらすぐに冷蔵庫  
や冷凍庫に保管する
- ・調理済み食品を室温で  
放置しない

冷蔵品 10℃以下

冷凍品 -15℃以下

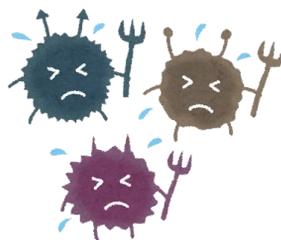


※冷蔵庫に入れても細菌は増殖するので、早めに食べることも大切です。

## ③ 菌をやっつける

中心部まで十分加熱する

目安は  
中心部の温度が  
75℃で1分以上



調理器具は洗浄後  
熱湯や漂白剤で殺菌する

