



細菌による食中毒に注意しましょう

岡保健所生活衛生課 ☎428-1154

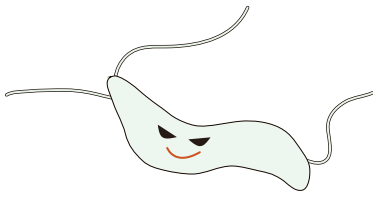
気温や湿度が高い時期は、食中毒の原因となる細菌の増殖が活発になるため、注意が必要です。

主な食中毒菌の特徴

細菌による食中毒の発生状況は、多いものから

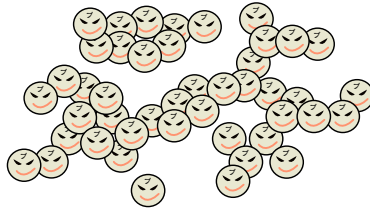
①カンピロバクター②黄色ブドウ球菌③サルモネラ属菌の順になっています。

▼カンピロバクター



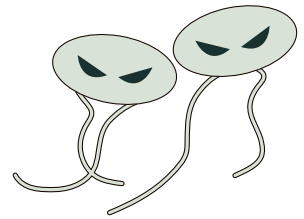
- 主な原因食品
 - ・食肉(主に鶏肉)
- 予防のポイント
 - ・生肉と調理した肉は別々に保存する

▼黄色ブドウ球菌



- 主な原因食品
 - ・おにぎりや調理パンなど人が手で作る食品
- 予防のポイント
 - ・手指の洗浄消毒を行う

▼サルモネラ属菌



- 主な原因食品
 - ・鶏卵、食肉(主に鶏肉)
- 予防のポイント
 - ・卵は冷蔵庫で保管する
 - ・加熱調理は十分な温度で行う

食中毒予防の三原則

細菌を...

つけない



●手洗いをしっかりと行いましょう

・調理を始める前や盛り付けの時、食事の前などはしっかりと手洗いをしましょう。薬用液体せっけんを使用し、2回洗うと効果的です。

●食材によって調理器具を使い分けましょう

・肉を調理した器具は、よく洗ってから熱湯や漂白剤で消毒しましょう。
・鍋や焼き肉では、肉と他の食材は別々の皿に準備し、箸なども使い分けましょう。

ふやさない



●食品は冷蔵庫で保管しましょう

・肉や魚などの生鮮食品やお総菜などは、購入後、できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。
・作ったものは、長時間、室温に放置しないようにしましょう。

やっつける



●肉の生食は避け、しっかりと火を通しましょう

・細菌やウイルスは加熱によって死滅します。鶏肉などは、中心部の色がピンク色から白色に変わるまで加熱しましょう。