

要注意!

# 夏の食中毒

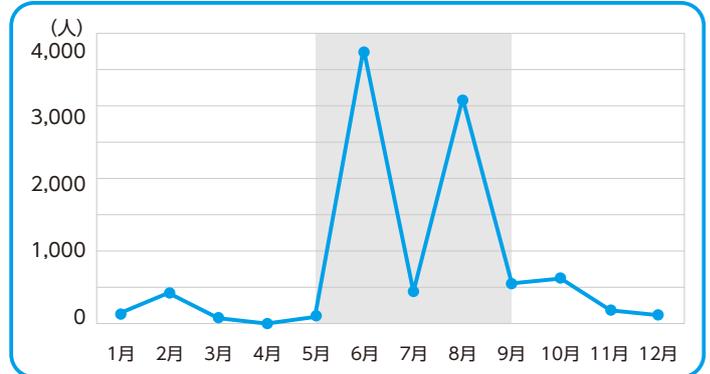
■問／保健所衛生課 ☎597-6358

夏は気温が高くなるため、特に細菌による食中毒(細菌性食中毒)が増加します。食中毒というと、飲食店での食事が原因と思われがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生しています。普段、当たり前に行っていることが、思わぬ食中毒を引き起こすことがありますので、手洗いや食品の温度管理などをより一層、心掛けてください。



食中毒を起こす細菌には、重症化して命に関わるものもあるよ! これからの季節は食品の取り扱いに注意しよう!

全国細菌性食中毒患者数(令和2年)



(厚生労働省HP 食中毒統計資料を基に作成)

## 家庭でできる食中毒予防の6つのポイント

### ポイント1：食品の購入

- 消費期限などの表示をチェック
- 肉や魚はそれぞれ分けて包む(できれば保冷剤や氷などと一緒に持ち帰る)

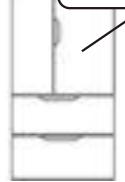
寄り道しないで  
まっすぐ帰ろう



### ポイント2：家庭での保存

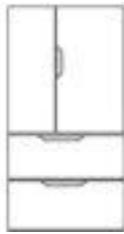
- 帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫へ入れる
- 肉や魚の保存は汁がもれないように包む

入れるのは  
7割程度に



### ポイント3：下準備

- こまめに手を洗う
- 包丁などの器具やふきんはよく洗って消毒する
- 肉・魚を切った包丁やまな板は、洗って熱湯をかける
- 冷凍食品は料理に使う分だけ解凍する



### ポイント4：調理

- 作業前に手を洗う
- 加熱調理が必要な食品は十分に加熱する

加熱の目安は  
中心部分の温度が  
75℃で1分以上



調理を途中で  
止める時は  
食品を冷蔵庫へ



### ポイント5：食事

- 食事の前に手を洗う
- 盛り付けは清潔な器具や食器を使う
- 長時間室温で放置しない



### ポイント6：残った食事

- 作業前に手を洗い清潔な器具や容器で保存する
- 早く冷えるように小分けする
- 時間が経ち過ぎたりちょっとでも怪しいと思ったら思い切って捨てる

温め直しは  
十分に加熱  
(目安は75℃以上)



(厚生労働省HP「家庭でできる食中毒予防の6つのポイント」を基に作成)

もしお腹が痛くなったり、下痢をしたり、気分が悪くなったら、かかりつけのお医者さんに相談しましょう。

防災と災害情報メールマガジンをご利用ください

災害情報などをお知らせするメール配信サービスを行っています。メールアドレスを登録すると、情報を受け取ることができます。

●問／危機管理室 ☎525-3793

