食品安全推進委員会とは

組合員、学識者、コープ北陸役員からなる委員会です。コープ北陸の 安全確認業務がしっかり行われているか、対応が適切かなどの監査を行っています。

あんあん(ん第54話 注意!アニサキスによる食中毒 \まずは新鮮な 見えるのね 寄生虫アニサキス |魚を選ばつ! 体長:2~3cm 半透明7"白色 3 -20° 7 24時間以上 調理器具の 除は 60°C7" 使い分け 正しい知識で 0 中心部まで 大事だね 冷凍·加熱

あんあんニュースのバックナンバーはこちらのホームページでご覧になれます ▶ コーブ北陸事業連合ホームページ http://www.coop-hokuriku.net

5月28日 発行

食中毒を防ぐ

~お弁当編~

食べ物や手などに付着した細菌やウイルスが体内に入ることで、嘔吐や下痢、腹痛など の症状を起こすことを「食中毒」といいます。食中毒は、飲食店での食事が原因と思われ がちですが、平成28年度の統計によると家庭での食事が原因の食中毒は全体の10% ほど発生しています。食中毒は細菌などが増殖することによって発生するため、普段、 当たり前にしていることが思わぬ食中毒を引き起こすこともあります。

お弁当作りを例に、食中毒を防ぐためのポイントをしっかりおさえていきましょう

お弁当作り 開始!

調理前

あんあん

しっかり手を洗う

ため、洗い残しは厳禁です。

- 調理器具やお弁当箱、箸や箸箱は すみずみまで洗い、十分に乾かす
- 食材は調理する直前に準備する





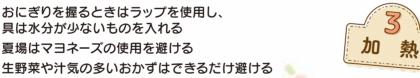
- 野菜は洗った後、水気をしっかり切る
- 包丁やまな板は食材ごとに使い分け、こまめに洗う
- 冷凍食品は必要な分だけ取り出し、パッケージの 表記に従って、冷蔵庫や電子レンジなどで解凍する



水分のない食品では増殖することができません。



- おにぎりを握るときはラップを使用し、
- 夏場はマヨネーズの使用を避ける
- 生野菜や汁気の多いおかずはできるだけ避ける



- 唐揚げやハンバーグ、卵焼きなどは 十分に加熱する(中心部が75℃以上で1分以上)
- 作り置きのおかずや自家製の冷凍したおかず、 ハムやちくわなどの練り製品も当日必ず加熱する

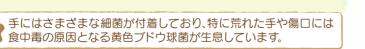






十分に冷めてからフタをする







0

仕上げ

-般的に約20~50℃が細菌の増殖する適温と言われており、加熱が 不十分だと生き残った細菌が増えやすい環境になってしまいます。



● 直接手で触れないように菜箸やラップを使う ごはんはおかずとは別の容器に入れる おかず同士の相互汚染や、汁もれを防ぐため 仕切りやカップを使う(レタスなどで仕切らない)

冷めてから 汁気があるものは 詰める キッチンペーパーなど"で" 拭き取る







凍らせたひとくちゼリーや自然解凍で食べられる

冷凍食品(枝豆、もずく酢など)を詰めたり、







温かいままフタをすると水蒸気が閉 じ込められ水滴(水分)となり、温度も 下がりにくくなってしまいます。



きちんと手を洗ったつもりでも、知らず知らずのうちに周囲のもの を触るなどして手に細菌が付着する可能性があります。

