

あんあんニュース



食中毒が発生しやすい季節

しっかり予防できていますか？



食中毒は飲食店だけでなく家庭でも発生します。食品の購入から残った食品を保存するまでの過程で6つのポイントをおさえ、食中毒を防ぎましょう。

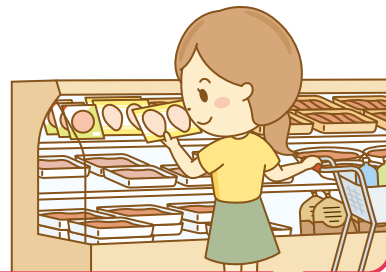


できているか
チェックしてみよう!

帰宅後・調理中・食事の前などこまめに手を洗う

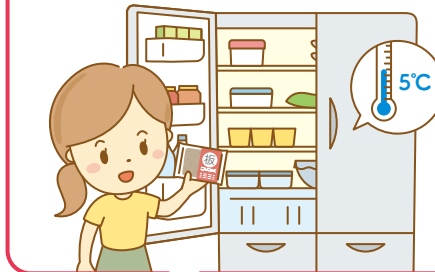
1 食品の購入

- 食品の表示内容を確認し、計画的に購入する
- 生鮮食品は傷みのないものを選ぶ
- 保冷バッグ・氷などを使い、冷やしながら持ち帰る



2 食品の保存

- 冷蔵・冷凍食品は帰宅後すぐに冷蔵庫へしまう
- 肉や魚などは汁が漏れないよう袋などに入れる
- 冷蔵室は5℃以下、冷凍室は-15℃以下に保つ



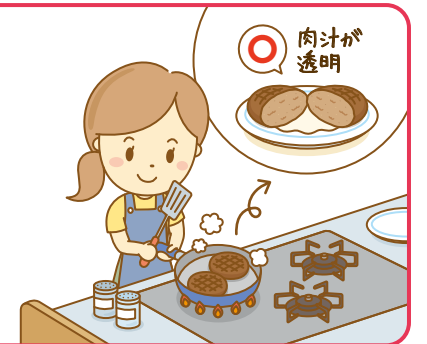
3 下準備

- 冷凍食品は使う分だけ取り出し、冷蔵室や電子レンジで解凍する
- 調理器具は食材ごとに使い分けるか、都度洗ってから別の食材を扱う



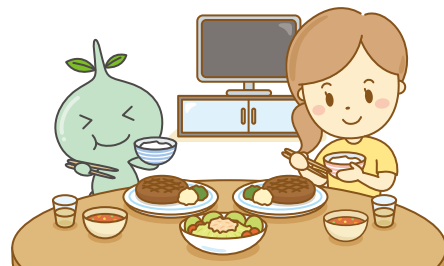
4 調理

- 加熱調理は十分に火を通す(中心部が75℃で1分以上)
- 電子レンジでの加熱調理は加熱ムラに注意し、全体に熱が伝わるようにする



5 食事

- 清潔な器具・食器を使って盛りつける
- 開封後・調理後の食品は早めに食べ切る
- 室温に長時間放置しない



6 残った食品の保存

- 温かい料理は容器に小分けしてすばやく冷まし、粗熱をとってから冷蔵庫で保存する。また、温め直す時は十分に加熱する
- 少しでも怪しいと思ったら思い切って捨てる

