

食中毒を予防しよう！

食中毒発生の仕組み

①食中毒菌が食品に付く

- 腸管出血性大腸菌O157、サルモネラなどは、わずか100個でも食中毒が発生！

菌を付けないために

②菌が食品の中で増える

- 菌は時間と温度で急激に増える
- 耐熱性毒素は、加熱しても食中毒が発生

菌を増やさないために

③菌が増えたまま食べる

- 食中毒菌が増えても味、臭いなどではわかりません
- 加熱後も手指などからの再汚染に注意

菌をやっつける

食中毒予防三原則

🌸 清潔 🌸

- 十分に手を洗いましょう
- 食材はよく洗いましょう
- 調理器具を洗浄・消毒しましょう

🌸 迅速・冷却 🌸

- 速やかに調理して早めに食べる。飲食までに時間がある場合は、すばやく冷蔵庫・冷凍庫に入れましょう
(ただし、過信禁物！)

🌸 加熱 🌸

- 中心温度75℃で1分以上は加熱しましょう

食中毒発生！



食品自体の温度・時間の管理と食品を汚染させない整理・整頓・清掃が重要です！

