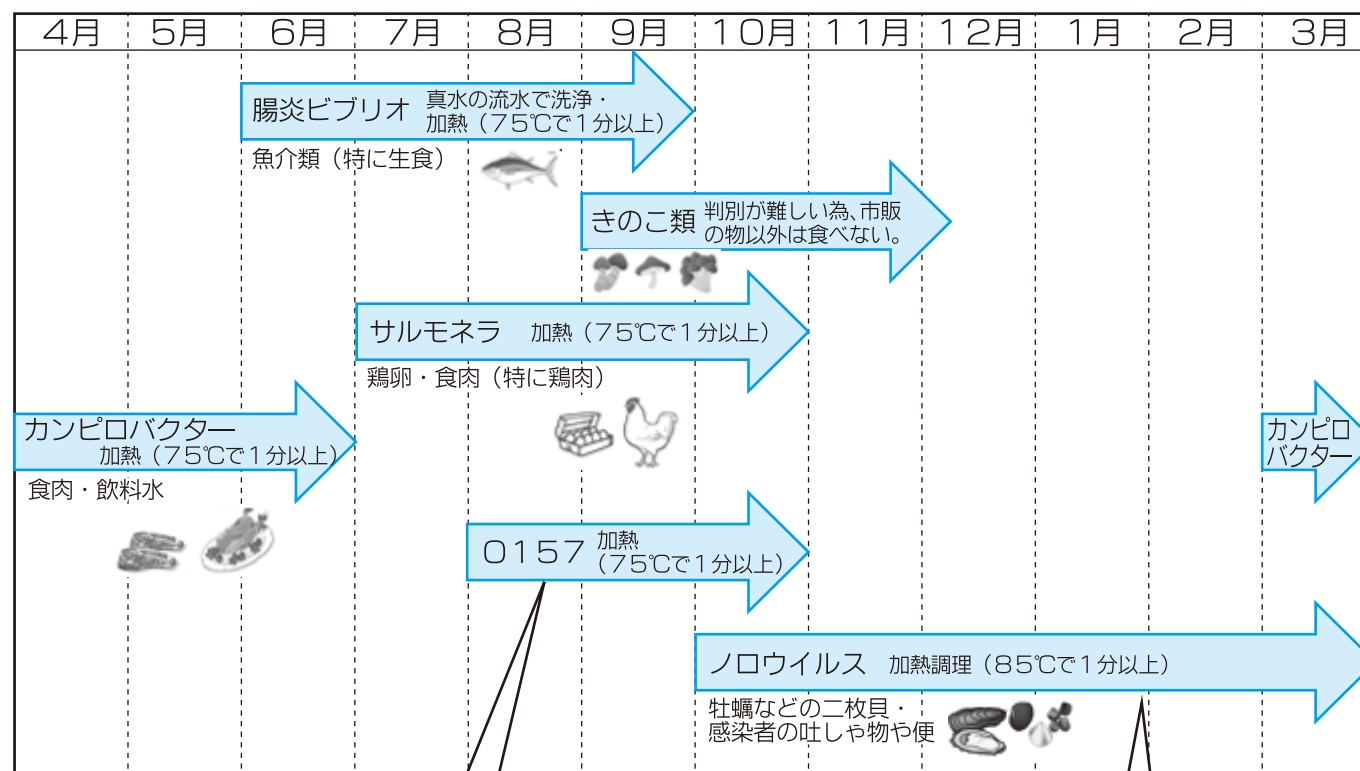


とよの健康づくり 食中毒予防 Vol.12

いよいよ到来!!
家庭でも
食中毒は起こる!!

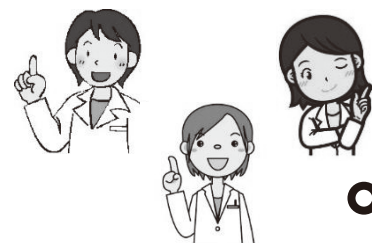
家庭でできる食中毒予防

食中毒の流行時期



O157は、8月～11月頃に多く発生し、温度や湿度などの条件が揃うと食べ物の中で増殖し、その食べ物を食べるにより中毒を引き起こします。

ノロウイルスは、10月～3月に多く発生し、低温や乾燥した環境中で長く生存します。ウイルスは細菌のように食べ物の中では増殖しませんが食べ物を通じて体内に入ると人の腸管内で増殖し食中毒を引き起こします。



食中毒の危険を回避して
安心・安全な夏を迎えましょう。

●手洗の励行



●食品を区別して 保管・管理



●包丁・まな板・ふきん等 の殺菌



つけない

食中毒を防ぐ 3原則

●調理中の食品、残り物を 放置しない



ふやさない

●食材の温度管理



●中心部が75℃で1分間 以上加熱 (ノロウイルスの場合は、 85～90℃で90秒間 以上)



やっつける

●冷蔵10℃以下、 冷凍-15℃以下で冷却



冷蔵庫をチェック!!

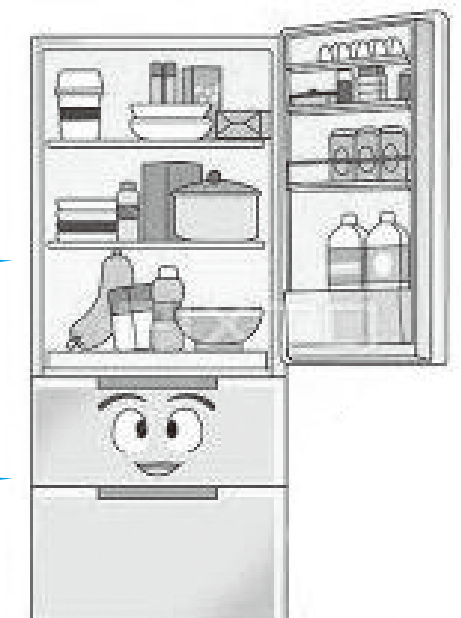
何でも冷蔵庫に入れば『安心』だと思いませんか!

冷蔵室は70%がベストです。詰め過ぎると冷気が庫内に行き渡らなくなります。

冷蔵室は
3～6℃

冷凍室は隙間なく詰め込んだ方が冷凍食品がお互いに保冷の役目を果たして効率良くなります。

冷凍室は
-18～22℃



問＝健康増進課(保健福祉センター内) ☎738-3813