

食中毒を予防しよう！



梅雨が明けると本格的に夏の暑い時期が続きます。
今回は、湿度や気温が高いこの時期に多く発生する食中毒について予防法をご紹介します！

食中毒予防三原則

『つけない』



★ポイント★

- ①こまめに手洗いをする。
※調理前のみならず、調理中も適宜手洗いを行う。
- ②ドリップ漏れを防止する。
※ドリップとは、魚や肉などトレイに入っている食材から分離して出る液体のこと。
- ③魚や野菜は洗ってから調理する。
※表面に土や汚れなどが付いていることがあるため。

『ふやさない』



★ポイント★

- ①生鮮食品は最後に購入する。
※外気に触れる時間を減らし、長時間持ち歩くことを避けるため。
- ②食材を正しく保存する。
※食品表示の保存方法を守り、適切な方法で保存する。
※冷蔵や冷凍が必要な食材は速やかに帰宅し、帰宅したらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に入れる。

『やっつける』

★ポイント★

- ①食材は中心まで加熱する。
※75℃ 1分以上の加熱
※二枚貝などは、85～90℃ 1分30秒以上の加熱（大量調理マニュアルより）
- ②キッチンが清潔に保つ。
※食器や調理器具を水に浸しておくと雑菌が繁殖するため、調理後や食後は出来るだけ早く洗浄する。
※調理台は汚れたら速やかに拭いて、常に清潔な状態で調理する。