

家庭でできる

食中毒予防のポイント

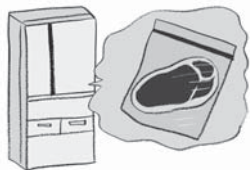
見た目やにおいではほとんど区別がつかない菌。手洗いや食品管理の徹底が肝心の予防策になります。安全でおいしい食生活のために、予防のポイントを知っておきましょう。

シーン別に予防3原則を実践して、食中毒を防ぐ

シーン1

買い物先と家庭での保存

生鮮食品や冷凍食品は新鮮な物を選び、最後に買い物かごに入れ、寄り道せずに家に帰ったらすぐ冷蔵(冷凍)庫へ。肉や魚の汁が他の食品にかからないように保存しましょう。



シーン2

下準備と調理

手指を念入りに洗い、食材も流水洗います。調理器具は肉・魚・野菜用で使い分け、使用後は速やかに洗います。調理は中心部の温度が85~90℃の状態です。90秒以上加熱します。



シーン3

食事と残った食品

食べる前にも手指を念入りに洗い、清潔な食器を使うこと、残った料理は長時間室温に放置せず、清潔な容器で冷蔵保存し、早めに食べ切りましょう。

