



## 「食中毒」にならないように気を付けよう！

6～8月は細菌性の食中毒が多くなる時期です。  
細菌性の食中毒は、「カンピロバクター」「腸管出血性大腸菌(O157, O111等)」などがあり  
幼児の重症例が発生するなど問題となっています。

### こんなとき、食中毒にないやすい！

①肉を生で食べる。



②生肉に使ったまな板や  
手を通して細菌が野菜に付き、  
その野菜を生で食べる。



③肉を、しっかり  
火を通さずに食べる。



### どう気をつけたらいいの？

#### 菌を「つけない」

- 生肉や魚は、生で食べるものから離す
- 生肉、魚、卵を触ったら手を洗う
- 生肉や魚に使ったまな板は洗った後に熱湯消毒する
- 調理前、食べる前は手を洗う

#### 菌を「ふやさない」

- 買い物後、生鮮食品はすぐに冷蔵庫へ
- 肉や魚は汁が漏れないよう包んで保存
- 作った料理は長時間放置しない
- 清潔な容器に保存する

#### 菌を「やっつける」

- ハンバーグなどのひき肉料理、  
切り目を入れた肉、  
タレに漬け込んだ肉、  
レバーなどの内臓は、  
**中心温度75℃、  
1分間加熱して**食べる



焼肉やBBQなどでは、  
手洗いや温度管理が不十分な  
なりやすいので注意！



☆ ご予約・お問い合わせ ☆  
いなみ虹保育園・病後児保育室「レインボー」  
住所：兵庫県加古郡稲美町国安1256番地  
TEL：079-490-2064（専用電話）  
FAX：079-490-6682

\* 詳しくは「いなみ虹保育園HP」「稲美町HP」をご覧ください。



編集：篠田