

# お肉を食べる時は、 お肉の中心までしっかりと加熱しましょう！

## 生肉及び加熱不足の食肉を原因とする食中毒が発生しています

近年、カンピロバクター食中毒が増加しており、主な原因として、生の鶏肉料理や生レバー、加熱不足の鶏肉などを食べたことにより発生しています。

また、腸管出血性大腸菌(O157など)感染症も依然として発生しています。

食肉(牛肉・鶏肉など)や臓器(レバーなど)は、カンピロバクター、腸管出血性大腸菌、サルモネラなどの食中毒菌が付着していることがあるため、生食は避けま

**注意！** 特に、子供やお年寄りのほか抵抗力が弱い人は、カンピロバクターや腸管出血性大腸菌に感染すると重症化するおそれがありますので、食肉(レバーを含む)はしっかり加熱して食べましょう！！

お肉を原因食品とする食中毒を予防するために次のことに気をつけましょう

<p>肉を焼く箸(はし)と食べる箸(はし)を使い分けましょう</p>	<p>生肉に添えてある野菜は火を通してから食べましょう</p>
<p>十分に加熱して食べてください</p> <p>中心まで火を通して</p>	<p>特に子どもや高齢者は、生レバーやユッケ、食肉の刺身などの生食は控えてください</p>

# 食中毒予防の決め手は 「つけない」「ふやさない」「やっつける」

## つけない!



とにかく手洗い! 調理の前後、魚・肉・卵に触れた後、  
外出やトイレの後は特に念入りに。

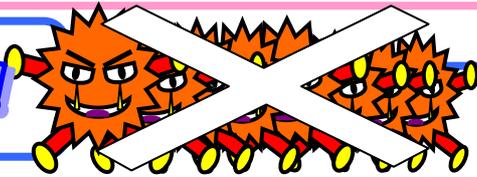
箸を介して感染することを防止するために「肉を焼く  
専用の箸」と「食べる専用の箸」を使い分ける。



調理器具はしっかりと洗うこと。(特に魚・肉を扱った後)

魚や野菜はしっかり洗うこと。

## ふやさない!

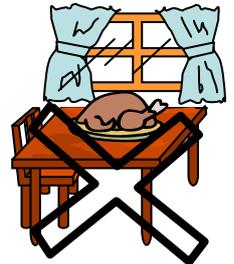


作った料理は早めに食べること。

作った料理は室温の状態に長く置かないこと。

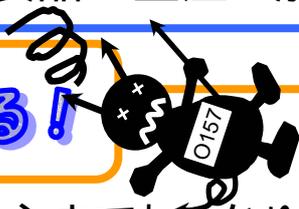
冷蔵庫は詰めすぎず、ドアの開け閉めも少なめに。

冷凍した食品は室温で解凍しないこと。



置きっぱなし  
はダメ!

## やっつける!



食品は中心までしっかり加熱!

残りものを温める時も十分加熱!

調理器具や冷蔵庫は定期的に消毒を  
すること。



肉は中心の色が  
変わるまで加熱!



温めなおしの  
カレーやシチュー  
は沸騰させて!  
煮物も中まで  
十分火を通して!