



⚠️ 食中毒に注意 ⚠️

暖かくなり過ごしやすくなりました。しかし、それはカビやウイルスも同様に過ごしやす季節です。

高温多湿は食中毒の原因となる細菌も繁殖しやすく、**食中毒の季節**でもあります。



代
表

出血性大腸菌 (O-111、O-157 など)

主に牛の腸内にいる細菌です。体内に入ると2～7日で発熱、激しい腹痛、下痢、血便、吐き気、嘔吐などの症状が現れます。

カンピロバクター

家畜の腸内にいる細菌です。生の鶏肉や牛肉、肝臓の内部に存在しています。生肉に触れた手まな板などから他の食材に菌が付着します。少しでも菌が体内に入り感染すると2～7日くらい発熱、下痢、腹痛、吐き気などの症状が現れます。

食 品 管 理

- 其の壹 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保つ
- 其の貳 調理前に石鹸で丁寧に手を洗う
- 其の参 生肉、魚、卵を触ったら手を洗う
- 其の肆 肉や魚は十分に加熱し、中心部分の温度が75℃で1分間が目安
- 其の伍 作った料理は長時間室温に放置しない
- 其の六 保存して時間がたち過ぎたものは捨てる
- 其の七 温めなおす時は十分に加熱



症状が出たら早めに受診をしましょう