



浜

通

り

通

信

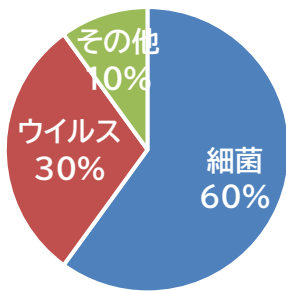


令和4年7月1日
第105号

夏の食中毒にも気をつけましょう！

気温や湿度が高くなるこの季節は食べ物が腐りやすくなり、食中毒が発生しやすくなるため注意が必要です。

食中毒の原因



次のような症状がある場合には医療機関へ！

- 激しい下痢や腹痛症状がある
- 吐き気と嘔吐が続く
- 便に血液が混ざっている
- 発熱する
- 頭痛がする
- 息苦しくなる



食中毒予防の三大原則



① 「つけない」 食品に細菌やウイルスをつけない！

手洗い・食品をラップなどで密閉・まな板などはこまめに消毒

生肉は別の箸で



② 「増やさない」 温度が高くなると細菌が増殖！

低温になると菌が増えるスピードがゆっくりになるため、

冷蔵庫または冷凍庫で保管しましょう！



③ 「やっつける」 加熱処理で菌をやっつけましょう！

魚や肉は、中までしっかり火を通しましょう！

野菜も加熱調理するとより安心。

