

2006. 6. 22

≡どこでも食品衛生掲示板≡

家庭での食中毒に注意しましょう！

梅雨に入り、これから食中毒の発生が多くなります。
毎日食べている「家庭の食事」にも食中毒が発生する危険性があります。

食中毒の予防の3原則は、食中毒菌を「つけない、ふやさない、やっつける」です。

次のことに気をつけて食中毒を防ぎましょう。

◆ 家庭での食中毒防止のポイント

◎生鮮食品は、早めに冷蔵庫に入れましょう。

◎冷蔵庫は、温度 10℃以下を目安とし、詰めすぎに気を付け、早めに使いましょう。

◎肉・魚用のまな板と野菜・果物用は区別して、使った後は熱湯などで消毒しましょう。

◎加熱調理は中心部まで十分に火を通し、調理後は室温で放置しないようにしましょう。焼き肉は生焼けに気を付け、生肉の取り箸と、食べる箸は区別しましょう。

◎トイレの後、調理の前、食事の前など、石けんでよく手を洗いましょう。

◎残り物を温めるときにも十分に加熱し、長時間経過したものは食べないようにしましょう。

◆もし、おう吐、下痢、発熱などの症状で具合が悪と思ったら、早めに医師の診察を受けましょう。

●内容に関するご意見・お問い合わせ先

- ・長野県庁衛生部食の安全・生活衛生チーム
(電話 026-235-7155, FAX 026-232-7288, 電子メール shokusei@pref.nagano.jp)
- ・最寄りの保健所食品衛生相談窓口