（家庭用）

食中毒注意報発令中

前２日間の最高気温の平均が３０℃、平均湿度が７５％をこえ
食中毒の発生しやすい気象条件となったことから

令和２年８月２４日付けで細菌性食中毒注意報が発令されました！

「食中毒の発生が夏場に多いのは？　**細菌が増殖しやすい**時期だから！」

（腐りやすいからではありません！）

細菌の嫌う**「温度」**を保ち、増殖する**「時間」**を与えないのがポイントです。

注意報期間中、**「食中毒予防６つのポイント」**に特に注意しましょう

ポイント１　食品の購入

○　鮮度のよいものを管理のよい店で購入、期限表示や保存方法などをよく確認し、温度管理の必要な食材は最後に購入し、すぐに冷蔵（冷凍）保管しましょう。
○　肉汁などで他の食品が汚染しないように注意しビニール袋等にいれて持ち帰りましょう。

ポイント２　家庭での保存

○　冷蔵（冷凍）庫を過信せず、正しく使いましょう。（冷蔵 10℃以下、冷凍−15℃以下、詰め込みは７割以下）
○　食品は蓋付容器やラップ包装で保管し、庫内での相互汚染を防ぎましょう。
○　肉、魚、卵などの食材の取扱い前後は、よく手を洗いましょう。

ポイント３　下準備

○　タオルやふきんは清潔なものをこまめに交換しましょう。
○　適切なタイミングで正しく手洗いをしましょう。（食材の取扱い前後、ペットやおむつ、鼻や髪にふれたとき、トイレの後）
○　包丁やまな板は、食材ごとに区分するのが最良です。共用する場合は別の食材に使用する前によく洗浄し、熱湯などで消毒しましょう。
○　食材は汚染されています。野菜や魚などは、流水でよく洗いましょう。
○　冷凍した食品は必要分を冷蔵庫内又は流水で解凍（容器を利用）しましょう。

ポイント４　調　理

○　加熱調理は中心部まで十分に行いましょう。（75℃１分以上）
○　調理を中断するときは、食品を室温放置せず、冷蔵（冷凍）保存し、レンジで再加熱するときもかき混ぜるなどして十分加熱を行いましょう。

ポイント５　食　事

○　食卓につく前によく手洗いしましょう。
○　温かい料理は温かいうちに（65℃以上）、冷たい料理は冷やして（10℃以下）食べましょう。室温放置では、細菌が容易に増殖します。

ポイント６　残った食品

○　清潔な食器に小分けして冷蔵（冷凍）保管し、再加熱するものは十分に加熱しましょう。（75℃１分以上）
○　時間が経過しすぎたら、思い切って廃棄しましょう。

「６つのポイント」は清潔・迅速・温度管理の食中毒予防の三原則から成っています。

愛媛県・松山市