

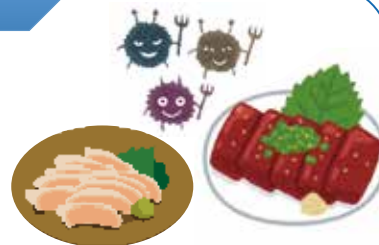
予防しよう！お肉の食中毒

毎日の食卓に欠かせないお肉ですが、お肉に付着しているカンピロバクターや腸管出血性大腸菌による食中毒が起きています。今回は、お肉を安全に食べるためのポイントをまとめました。

飲食店利用時に注意したいポイント

✓ 生や半生の肉料理はさげましょう

「店を出されているものだから安全」とは限りません。表面を軽く湯引きしたり、あぶった程度では、内部にいる菌は死滅しません。肉を生や半生で食べると食中毒のリスクが高まります。



✓ 食事用の箸でお肉を焼かない！

食事用の箸で生肉にふれると、箸についた生肉の食中毒菌を口に入れてしまう可能性があります。お肉が焼きあがるまでは、肉用のトングを使いましょう。

✓ 付け合わせの野菜もよく焼きましょう

生肉と同じ皿に盛られていた野菜にも、生肉の食中毒菌が付着していることがあります。よく焼いてから食べましょう。



家庭で注意したいポイント

✓ お肉は中までしっかり加熱！

お肉は、中の色が完全に変わるまで火を通しましょう。
(加熱目安：中心部温度75℃で1分以上)



✓ 調理器具は使い分けましょう

生肉を切るための包丁やまな板は、サラダなどそのまま食べるものと使い分けましょう。使い分けができない場合は、お肉を最後に調理しましょう。



✓ 調理後は、調理器具をしっかり洗浄・消毒

生肉に使用した包丁やまな板は、中性洗剤でよく洗い、熱湯や塩素系漂白剤で消毒してから他の調理に使いましょう。

また、生肉にふれた後は、石けんでしっかり手を洗いましょう。



「生肉には菌がついている」と考えて調理することが重要だね！



【この記事に関する問合せ先】生活環境安全課 食品衛生担当

2022年7月発行 登録番号(4)1

編集・発行 東京都多摩立川保健所 企画調整課 企画調整担当
東京都立川市柴崎町2-21-19 ☎042-524-5171(代表)

印刷 システム印刷株式会社
東京都日野市高幡1012-13

東京都



リサイクル適性[®]

この印刷物は、印刷物の端にリサイクルマークです。
また、石油系顔料を含まないインクを使用しています。