

# 家庭でできる食中毒予防

食中毒は、飲食店での食事が原因として発生するだけでなく、**家庭の食事からでも発生しています。**  
家庭の食事にも十分な注意をしましょう。

## 買い物をするとき

～毎日のお買い物の時から、食中毒を防ぐ工夫をする～

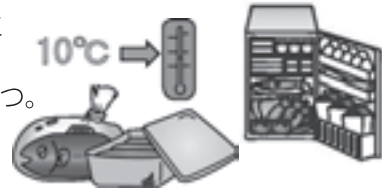
- 肉や魚、野菜などの生鮮食品は新鮮なものを選ぶ。  
(期限表示があるものは確認する)
- 肉や魚などの生鮮食品や冷凍食品は最後に買う。
- 肉や魚などは汁が他の食品に付かないように分けてビニール袋に入れる。
- 冷蔵や冷凍の必要な食品を買ったら、すぐ帰り冷凍冷蔵庫へ入れる。



## 家庭での保存

～冷蔵庫に入れておけば大丈夫?～

- 肉や魚はビニール袋や容器に入れ、他の食品に肉汁などがつかないようにする。
- 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下に保つ。
- 冷蔵庫や冷凍庫に詰めすぎない。  
(詰めすぎると冷気の循環が悪くなる)



## 調理の下準備

～基本は手洗い!～



- 十分に手を洗う。(作業前、肉や魚を取り扱う前後など)
- 野菜や魚介類はよく洗う。
- 食品ごとに包丁・まな板・ふきん等を使い分ける。  
(肉用、魚用、野菜用など)
- 解凍後は速やかに調理する。
- 冷凍食品の解凍は、使う分だけ冷蔵庫内か電子レンジで行う。
- 調理器具はよく洗い、熱湯や漂白剤で消毒をする。



## 調理をするとき

～ここでもまず手洗い!～

- 調理の前には必ず手を洗う。
- 肉や魚は十分に加熱する。  
(目安は、中心部分の温度が75℃で1分間以上)



## 食事をするとき

- 食事前に石けんで手を洗う。
- 清潔な手で、清潔な器具を使い、清潔な食器に盛りつける。
- 作った料理は、長時間室温に放置しない。
- 温かいものは温かいうちに、冷たいものは冷たいうちに食べる。



## 食品が残ったとき

- 作業前に手を洗い、清潔な器具・容器を使って冷凍又は冷蔵庫などで保存する。
- 保存して時間が経ちすぎたもの、ちょっとでもあやしいと思ったものは思い切って捨てる。
- 温め直すときは十分に加熱する。(75℃以上を目安に)



食中毒かなと思ったら早めに医師の診断を受けましょう。 **愛知県一宮保健所 食品安全課** (☎72-0321)

## 平成27年7月1日から食品衛生法の営業許可を必要としない食品製造業等にも届出が必要になりました!

平成27年4月に愛知県食品衛生条例が改正され、下記の製品を製造・加工する営業者は保健所へ事前に届出が必要になりました。

対象は、愛知県内(名古屋市、豊橋市、岡崎市、豊田市を除く。)で製造・加工する営業者です。



手洗犬ゴッシー

食品衛生法の許可が不要な「食品、食品添加物」

乳幼児用の「おもちゃ」

食品用の「器具、容器包装」

を製造・加工する営業者の皆様へ

**問い合わせ** 愛知県一宮保健所 食品安全課 (☎72-0321)

