

# ほけんだより

子ども健康部 幼児課 令和7年 号外

## しよくちゅうどくちゅういほうはつれいちゅう 食中毒注意報発令中

げんざい けんない しよくちゅうどくちゅういほう はつれい  
現在、県内に食中毒注意報が発令されています。

こうおんたしつ かんきょうか しよくちゅうどくさいきん ぞうしよく かっぱつ  
高温多湿の環境下では、食中毒細菌の増殖が活発になりますので、食品の取り扱いには十分注意しましょう。

### かてい 家庭でできる3つのポイント

#### なま にく さかな ようちゅうい ①生の肉・魚は要注意!!!

なま さかな にく ふ て ちょうりきぐ かい  
生の魚や肉に触れた手や調理器具を介して、  
しよくちゅうどくさいきん ひろ きけん  
食中毒細菌が広がる危険があります。

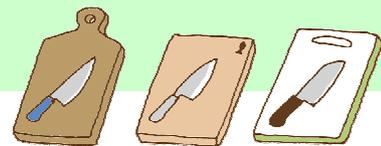
バーベキューでは、生肉に触れた箸やトングで、焼  
きあがったやさい と わ けたために、しよくちゅうどく おこ  
したケースがあります。



#### たいさく ★対策★

ちょうりきぐ とく いた ほうちゅう つか  
・調理器具、特にまな板と包丁は使うたびによく洗う  
なまにく なまざかな あつか ちょうりきぐ あら ねっとう  
・生肉、生魚を扱った調理器具は、洗って熱湯をか  
けてから、他の食材に使用する。

ちょうりまえ ちょうりちゅう なま ふ て あら  
・調理前、調理中、生ものに触れたらよく手を洗う。



#### きん はあつというま ぶん ②菌はあつという間に増える

しよくちゅうどくきん あた ばしょ この  
食中毒菌は暖かい場所を好み、どんどん増えま  
す。買ったものや残りものは、すぐに冷蔵庫にしま  
いましょう。シチューやカレーはあた ばしょ ほう  
つておかず、鍋ごと水につける、小分けにするなどで冷  
まします。



#### たいさく ★対策★

かい もの から かい たら なま のは すぐ 冷蔵庫に  
い 入る。

のこ 残りものはすぐに冷まして、冷蔵庫・冷凍する。

さいれいどう 再冷凍はしない。



#### ちゅうとはんぱ かねつ ③中途半端な加熱はNG

さいきん たいない い じゅうぶん  
細菌やウイルスを体内に入れないために、十分に  
かねつ さいきん しめつ  
加熱して細菌を死滅させます。ただ、きのこやふぐな  
どにふくまれるしぜんどくは、かねつ じふせ  
加熱しても防げません。  
かねつ 「加熱すればOK」という過信は禁物です。



#### たいさく ★対策★

かねつ ちゅうしん おんど  
・しんまでしっかり加熱する(中心の温度が75℃  
いじょう じょうたい ぶん  
以上の状態を1分キープ)。

かねつ  
・レンジで加熱するときはときどきかき混ぜて、ま  
べんなく加熱する。

