

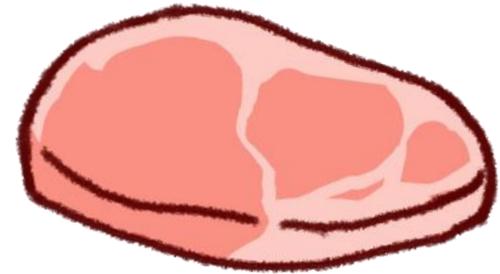
■夏場に多い原因菌と対策



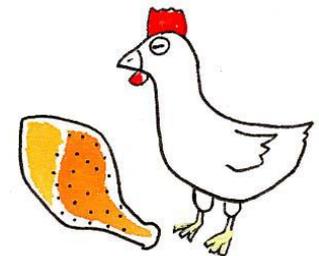
【カンピロバクター】

特徴：高温多湿で菌が増えやすい。
鶏や牛などの動物が菌をもつ

➡ **生肉に注意!**



- 生肉がふれた調理器具や食材に・・・
- 中心までしっかり加熱!

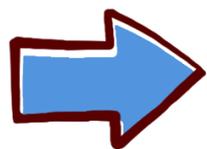


■夏場に多い原因菌と対策



【サルモネラ】

特徴：生卵や加熱不十分の肉が菌をもつ
乳幼児・高齢者は症状が重くなりやすい



カンピロバクターと同様



- ・生の卵・肉をさわった手に・・・
- ・卵は割ったらすぐ使う

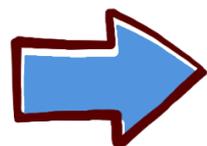
・乳幼児・高齢者は、加熱不足の卵・肉は
食べないように

■夏場に多い原因菌と対策

【ウェルシュ菌】



特徴:カレー、スープ、煮物で
大量調理後の常温放置 → 急激に増殖。
100℃の加熱でも生き残る。



- ・常温のまま放置せず、
できるだけその日のうちに食べきる
- ・保存の際は、小分けするなどして、
できるだけ早く冷ます

■夏場に多い原因菌と対策



【ブドウ球菌】

特徴：弁当、おにぎり、調理済み食品が原因。

手指の傷・切り傷から汚染。

暑さで毒素が増殖。

毒素は熱に強い！

 **手にケガをしている時は要注意！**

- ・手袋やラップを使う
- ・調理前はよく手を洗う
- ・残った食品はすぐ冷蔵庫に入れる

■家庭でできる予防

(1)「買い物するとき」

□肉・魚は袋に包んで入れる

⇒ 包んだまま冷蔵庫に



(2)「調理前の準備」

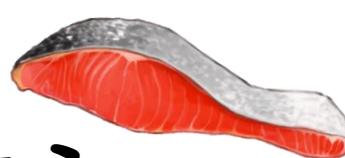
□手洗い(正しい手順で)

□調理台やシンクの清掃・消毒

■家庭でできる予防

(3)「調理中」

- **解凍**は、冷蔵庫または電子レンジで
- **生もの**がふれたまな板などの調理器具は洗ってさらに消毒を。
- **生もの**をさわったら手を洗う
- **生もの**を他の食材にくっつけない!
- **中心までしっかり加熱!**



■家庭でできる予防

(3)「調理中」



□魚介類を生で食べる時は、食べる直前まで冷蔵庫に

□おにぎりを握る時はラップを使う



□ケガをしている時は手袋をする

□乳幼児・高齢者は、加熱不足の卵・肉は食べないように

■家庭でできる予防



(4)「保存のコツ」

- 保存の際は、小分けし、
できるだけ早く冷まし、
冷蔵庫や冷凍庫へ
- 常温で長く置いていたものは、
思い切って捨てる!

(サルモネラやブドウ球菌の毒素は
加熱でもなくすことは難しい…)

