

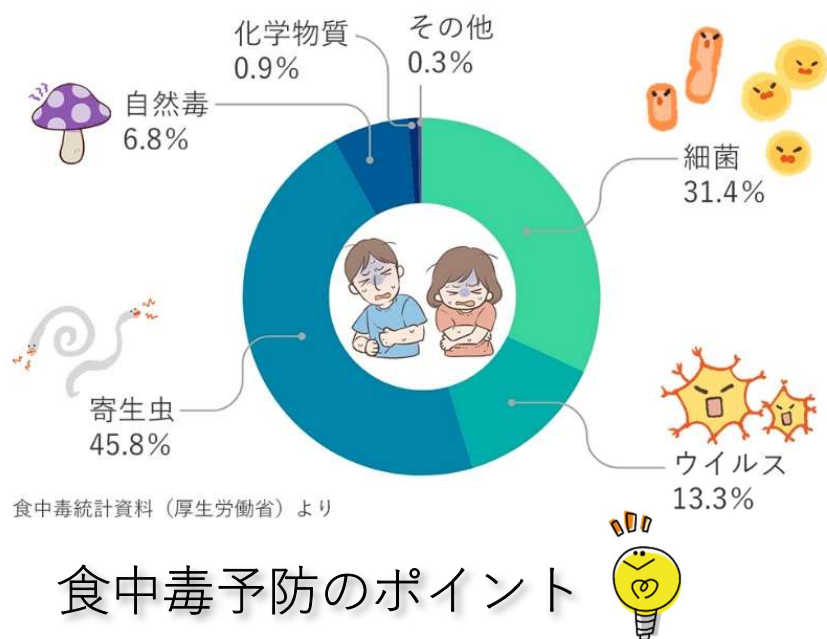
夏の食中毒を予防しよう！

食中毒ってなに

食中毒とは、食中毒の原因となる細菌やウイルス、有毒・有害な物質が食べ物と一緒に体の中に入ることによって起こる健康被害のこと。
主に腹痛や嘔吐、下痢などの胃腸炎症状がみられ、発熱や倦怠感などの風邪に似た症状、まひなどの神経症状がみられることがある。

食中毒が起こる原因

食中毒の主な原因は細菌・ウイルス・寄生虫の3つ！



食中毒菌は栄養・水分・温度の3条件が整うと急激に増殖！

ヒトにとって栄養となる食品は食中毒菌にとっての栄養でもあります…



食中毒予防のポイント

食中毒予防の3原則 ～つけない・ふやさない・やっつける～



- ☒ 手洗い
- ☒ 調理器具の使い分け



- ☒ 低温保存
- ☒ 適切な温度管理



- ☒ 食材は中までしっかり加熱！