

夏は細菌性食中毒に注意！！

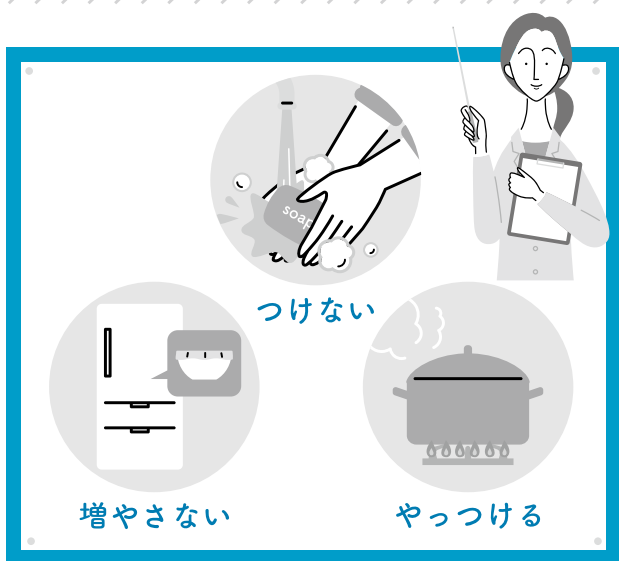
# 夏の食中毒に用心ください

◎問い合わせ 健康課 ☎23-2765  
都城保健所衛生環境課 ☎23-4504

気温が高くなる夏場に増えやすくなる食中毒菌。中でも、細菌性食中毒の代表として、肉や野菜を原因としたカンピロバクター食中毒やウェルシュ菌食中毒などがあります。

食中毒を防ぐためには、細菌を「**つけない**」「**増やさない**」「**やっつける**」ことが重要です。今回は、食中毒の予防方法などについて紹介します。

## 食中毒予防の3大原則



POINT

01

「**つけない**」= 洗う・分ける

- ・食材や作業が変わるごとに、必ず手を洗う
- ・肉や魚を切った後は調理器具を洗う
- ・食材ごとに適切な場所に分けて保存する

POINT

02

「**増やさない**」= 冷蔵保存

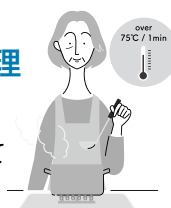
- ・食品は細菌が増えにくい10℃以下で保管
- ・特に生鮮食品はすぐに冷蔵庫に入れる
- ・加熱しているものでも、速やかに食べる

POINT

03

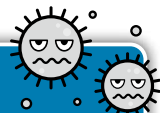
「**やっつける**」= 加熱処理

- ・中心部を75℃で1分以上加熱
- ※ほとんどの食中毒菌は加熱によって死滅します



防ごう！！

カンピロバクター食中毒



鶏レバーやささみなどの刺身、鶏肉のタタキなどの半生または加熱不足の鶏肉によって、カンピロバクター食中毒が多発しています。

## 食中毒の特徴・症状

【特徴】鶏や牛などの腸管内にいる細菌で、少量の菌数でも食中毒になることがあります。熱に弱い細菌です。

【症状】食べてから1～7日後、下痢や発熱、嘔吐などを発症します。



## 食中毒の発生状況

令和3年 県内患者数：62人（全国764人）  
※乳幼児や高齢者、抵抗力の弱い人は、特に注意が必要です

## 予防の3つのポイント

- ①鶏肉は中心部までしっかり加熱する
- ②食肉に触れた後の調理器具は、消毒・殺菌する
- ③十分に手洗いし、他の食材を取り扱う

