

# カナンライフサポート NEWS

## ちょこっと雑学

### —冬だからこそ— 食中毒予防について

食中毒は、通年通して発生しますが、冬の寒い時期も多く発生しますので、ご注意ください。

#### ■食中毒予防の基本

原因菌を「付けない・増やさない・やっつける」の3原則です。  
手洗い（特に調理前・トイレ後）、冷蔵保存（10℃以下）、  
中心部までの加熱（75℃で1分以上）を徹底し、調理器具は肉・  
魚・野菜で使い分けましょう

#### 食中毒予防の3原則（詳細）

##### ◆つけない◆ （清潔・洗浄）

手洗い: 調理前、生肉・魚・卵に接触後、  
食事前、トイレ後は石鹸等で洗う。

道具の洗浄: 包丁・まな板等は使用後、洗剤と流水で洗い、  
熱湯や消毒剤使用。

使い分け: 肉用、魚用、野菜用とまな板を分ける。

##### ◆増やさない◆ （冷却・保存）

中心部を加熱: 加熱調理は中心部まで十分に行う。  
（目安: 75℃、1分以上）

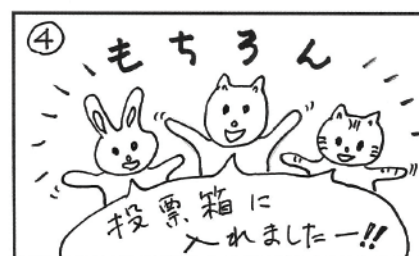
再加熱: 残り物を食べる際は、十分に再加熱する。

衛生管理: ふきんは定期的に熱湯消毒や漂白する。

健康管理: 下痢や嘔吐がある場合は調理を控える。

##### ◆やっつける◆ （加熱・殺菌）

#### ゆめちゃんの 日記



当社では病気・ガンのリスクに備えた最新の保険商品を取り扱っています

〔発行〕 株式会社 カナン

仙台市青葉区一番町 1-6-19 壺番館ビル 607

TEL: 022-397-8452 e-mail: y.sasaki@supportcanaan.com

お問合せは 佐々木・茂永まで