

カナンライフサポート

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、通年を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°C以下）、
中心部までの加熱（75°C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、トイレ後は石鹼等で洗う。

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°C、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。

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 壱番館ビル 607

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

お問合せは 佐々木・茂永まで