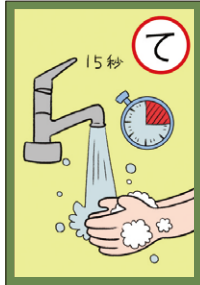


冬でも油断大敵!!

# 寒い季節の食中毒対策とは?



気温も湿度も高い夏は細菌にとって格好のシーズン。

でも、乾燥した冬も食中毒に気を付ける

必要があるんですって。

衛生おじさんと一緒に食中毒対策をおさらいしてみましょう!

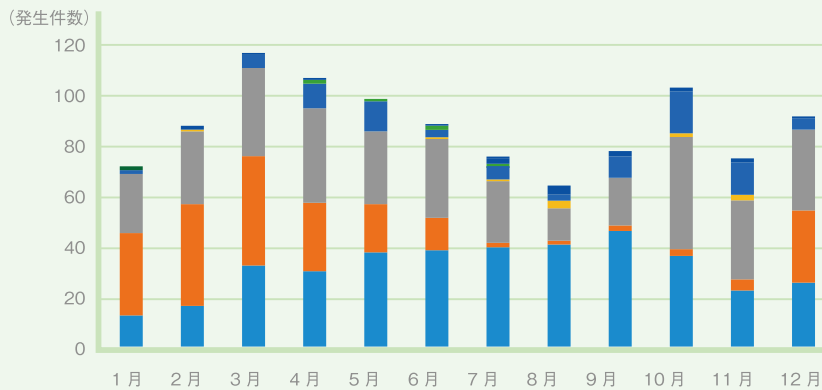


コープ九州  
衛生おじさん

今は高气密・高断熱の住宅が増えてきているし、暖房器具や加湿器を使うおうちもかなり増えています。冬でも家の中は暖かいから、食中毒も発生するんです

原因物質別月別  
食中毒発生件数  
(令和元年)

- 細菌
- ウイルス
- 寄生虫
- 化学物質
- 自然毒
- その他
- 不明



⚠️ 冬の食中毒発生件数は真夏より多い!

そういえば、鍋とかシチューとかそのままコンロに放置しちゃうことが多いわ。フタの裏に水滴がいっぱい付いていることもあるし、気をつけた方がいいのかも



さて子さん



そうなんです。食中毒予防の3原則を元に冬の対策を考えてみましょう

## 食中毒予防の3原則

✓ 食中毒菌を 付けない

✓ 食中毒菌を 増やさない

✓ 食中毒菌を やっつける

## 食中毒予防の3原則1

### 食中毒菌を付けない!

#### 寒くても手洗い・うがいをしっかりと!

洗った後は、乾いた清潔なタオルできちんと水気を取りましょう。手が荒れると調理する時に菌を媒介してしまう可能性があるため、ハンドクリームなどで、こまめなケアも心がけて。

もう一度  
おさらい

この順番で  
1分以上  
手を洗おう!



## 食中毒予防の3原則2

### 食中毒菌を増やさない!

#### 残った料理や食材は必ず冷蔵庫へ

環境省が提唱する暖房時の室温の目安は大体20℃。でも、これは食中毒を引き起こす細菌が活発に働き始める温度でもあります。そのまま室温の中に置いておけば、菌はどんどん増殖します。残った食材は粗熱をとった後、必ず冷蔵庫へ。

#### ⚠️ 冬に人気のアノ料理もご用心!



シチュー

鍋料理

牛乳や生クリームは菌が増えやすい。

野菜や豆腐など水気が多い食材がたくさん。残ったスープで雑炊を作るなど、翌日にも持ち越しがち。

#### アツアツ料理を保存する前に...



鍋やシチュー、カレーなど液状の料理は、できるだけ短時間で粗熱を取るのがポイント。表面が冷めているように感じても中心部分に熱がこもっている場合もありますので、底の浅い容器に小分けして表面積を増やすと早く冷めますよ。



## 食中毒予防の3原則3

### 食中毒菌をやっつける!

#### 再温めの場合も十分加熱を!

加熱の目安は中心部分の温度が75℃で1分以上です。スープやシチューは必ず沸騰させること。時間が経ったものや異変を感じたものは食べずに捨てましょう。



住宅環境の変化に合わせて衛生管理もアップデートしましょう



SATETO

WEBサイトで公開中!

SATETO

