

豊小レポート 66 食中毒

給食ニュース「食中毒」を特集しています。
食中毒を予防する3つのポイントがあります。
この3つ、徹底しましょう。

少年写真新聞
Juniors' Visual Journal
https://www.schoolpress.co.jp/

給食ニュース

発行の6つの視点
食中毒の警戒性 感謝の心
心身の健康 社会性
参加も選択できる魅力 食文化
No.1854
2022年19巻4号
6月18日号

夏に多い食中毒と予防のポイント

食中毒予防のために、「つけない・増やさない・やっつける」を徹底しましょう

食中毒を予防するための3つのポイント



購入後は、なるべく早く食べるか、出しっ放しにしないで冷蔵庫に入れましょう。



つけない

調理前、生の肉や魚、卵を触った後、食べる前は、石けんを使って、ていねいに手を洗います。



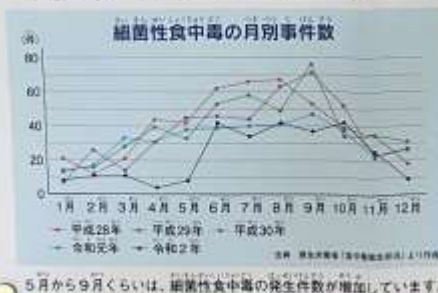
増やさない

細菌を増やさないためには、冷蔵庫に入れて低温で保存し、早めに食べることが大事です。



やっつける

食品の中心部を75℃で1分以上加熱すると、ほとんどの細菌は死滅します。



5月から9月くらいは、細菌性食中毒の発生件数が増加しています。

細菌性食中毒の原因菌

- カンピロバクター** にわたりの腸にいる細菌で、とり肉やとり肉の内臓を、生や加熱不十分で食べると発症します。
- 黄色ブドウ球菌** 人の皮膚などにいる細菌で、傷や汗あれがあると多く存在し、食品に触れると汚染しやすくなります。
- サルモネラ菌** 卵や、にわとり、豚の腸などにいる細菌で、卵や肉が原因食品になり、生や加熱不十分で食べると発症します。
- ウェルシュ菌** 室温で長時間放置したカレーや肉などの煮込み料理が原因になることが多いです。

気温が高くなる夏は、細菌が増えやすくなります。原因になる細菌に汚染された食品を食べると、食中毒になり、おう吐や下痢などが起こります。予防の三つのポイントを守り、特に手洗いは石けんを使って、ていねいに行いましょう。

食中毒のおもな症状

食中毒は腹痛や下痢、おう吐、発熱などが起こります。

暑くなると、食中毒はとってもこわいのです。よく読んでおきましょう。