

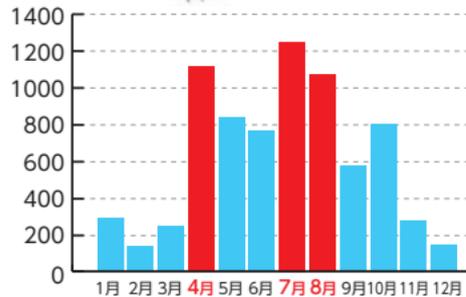


**品質保証  
だより**

# 家庭でできる食中毒予防!

夏は細菌による食中毒が起こりやすくなります。「付けない」「増やさない」「やっつける」をしっかり守って、食中毒を予防しましょう。

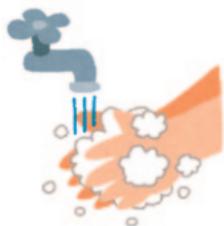
## 細菌性食中毒 患者数



2016年 細菌性食中毒患者数 (全国)  
厚生労働省HPより

## 食中毒を防ぐ3つのポイント

### バイ菌を付けない



手洗いは石けんをしっかりと立てましょう。



タオルやふきんは、乾燥・清潔にしましょう。

### バイ菌を増やさない



買い物後は、早く冷蔵庫へ。



調理後は、早めに食べましょう。

### バイ菌をやっつける



加熱は食品の中心まで火を通しましょう。

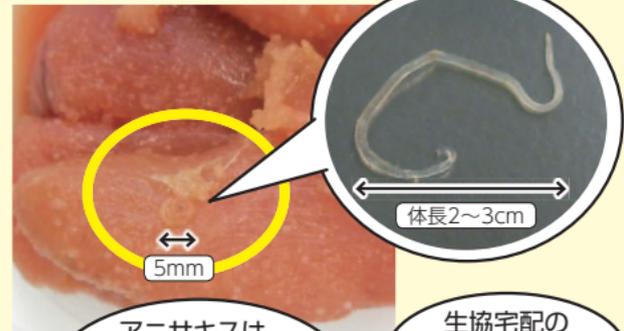


使った食器は早めに洗きましょう。

## 寄生虫アニサキスによる食中毒が多発しています

サバ、アジ、サンマ、イワシなどの魚介類に寄生しており、近年、生食が増えたことにより、多発しています。寄生していた魚を刺身で食べる事により、激しい腹痛、吐き気をもよおします。

- ①鮮度の良い魚を選び、早めに内臓を取り除きましょう。
- ②内臓の生食は避けましょう。



アニサキスは、  
-20℃以下で  
24時間以上冷凍すると  
死ぬんだって。

生協宅配の  
冷凍の魚は、  
安心だね。

