

屋外で食事を楽しむ方へ（B B Qやピクニック）

初夏から秋にかけての季節は、レジャーやイベント等、屋外での調理、飲食をする機会が増える時期です。また、この時期は気温や湿度が高くなり、食中毒の原因となる細菌が増えやすい時期でもあります。以下のポイントに注意し、楽しい季節を過ごしましょう。

食品はしっかり火を通し、器具は使い分けましょう！

生のお肉や魚介類には、はじめから食中毒の原因となる細菌、ウイルス、寄生虫が付いていることがあります。加熱用食材を「新鮮だから大丈夫！」と思って、生や加熱不十分な状態で食べると、食中毒になることがあります。お肉や魚介類は中心部までしっかり火を通してから食べましょう。また、トングや箸、まな板や包丁は用途に応じてきちんと使い分けましょう。

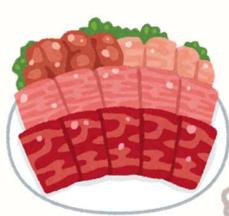
《悪い例》



中心部が生焼け



リスク大



器具を使い分けていない



《良い例》



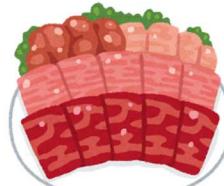
中心部まで火が通っている



リスク小



生肉用



加熱済用



器具を使い分けている

手洗いや消毒で手指をきれいにしましょう！

食中毒の原因となる細菌には、私たちの手指の表面に暮らしているものもあります。調理の前やトイレに行った後、飲食する前には必ず石けんなどで手をきれいに洗いましょう。手洗いや消毒をせずに飲食をすると、食中毒となることがあります。



30秒（2度洗い）が有効

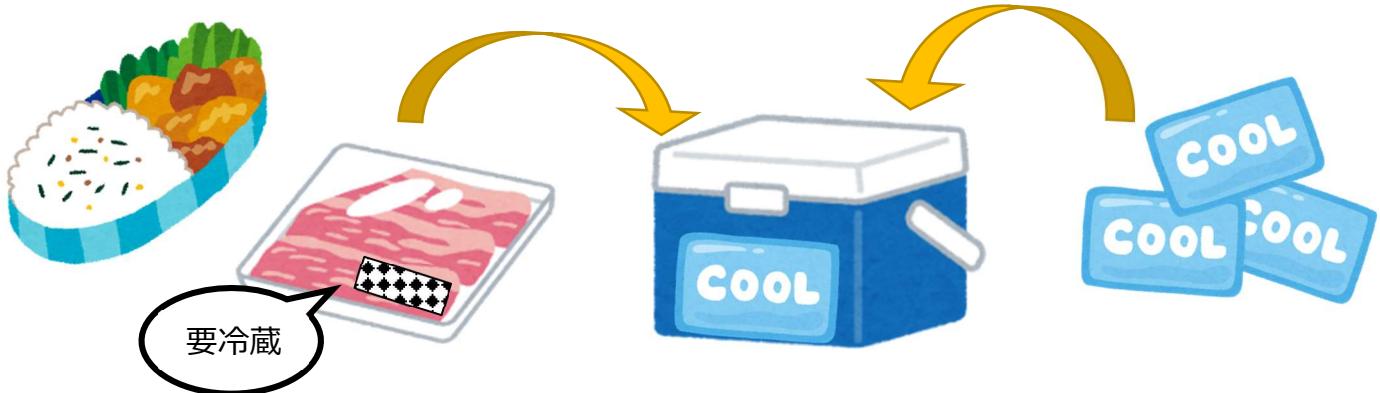


アルコールで手指を消毒

※ノロウイルスは十分に消毒できません

食品の温度管理に気を付けましょう！

お弁当や食材を持っていく時には、温度管理に気を付けましょう。細菌は、温度などの条件がそろうと増えることができます。屋外に食品を持っていく時は、保冷剤が入ったクーラーバッグに入れるなど、細菌が増えにくい状態で保存しましょう。冷蔵・冷凍保存が必要な食品は、特に注意が必要です。



問い合わせ先

江戸川保健所生活衛生課食品衛生係

江戸川区東小岩 3-23-3 小岩健康サポートセンター2階

TEL : 03-3658-3177 (内線 34~40、48)

