



き  
気をつけよう！

# かてい 家庭でも

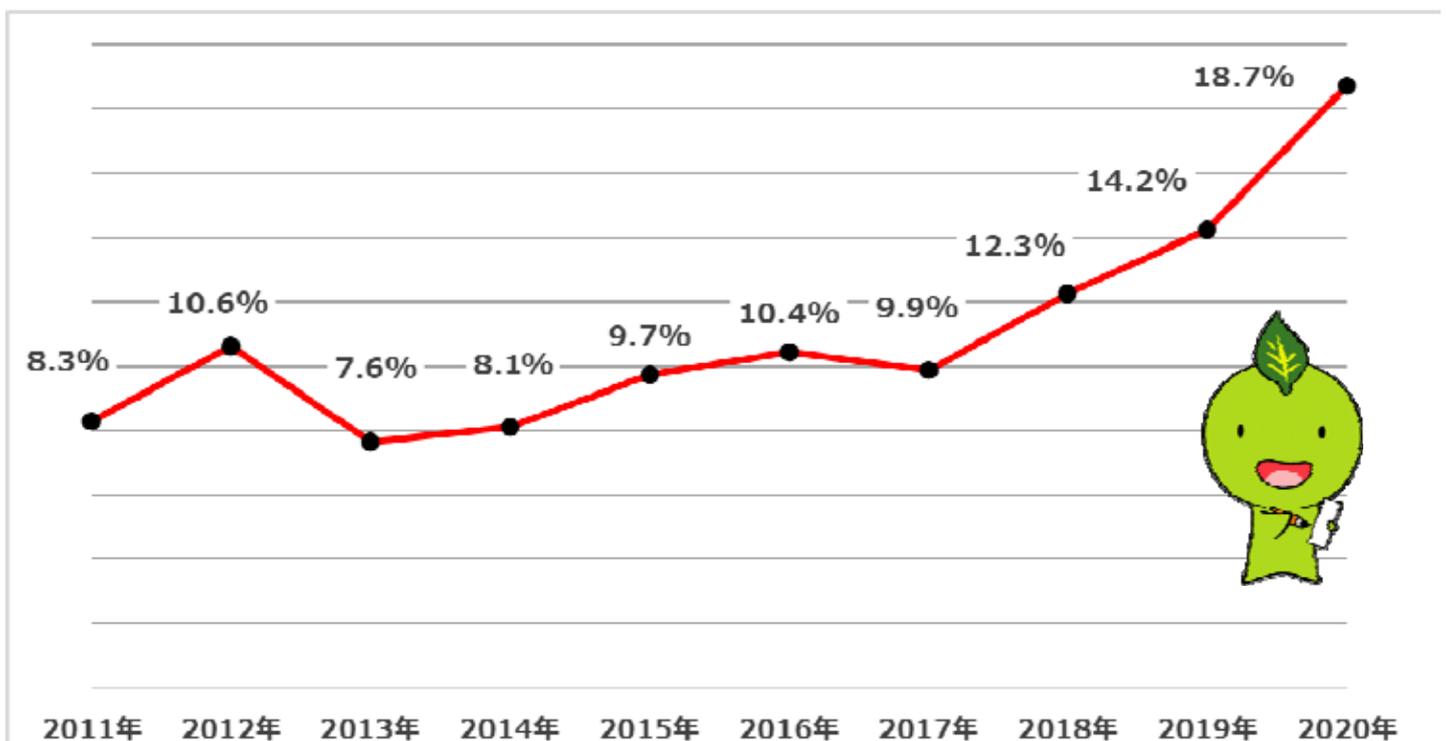
しょくちゅうどく はっせい  
食中毒は発生しています

こうせいろうどうしょう とうけい はっせいけんすう  
厚生労働省の統計では、家庭での食中毒の発生件数  
は、近年増加傾向で、全体の2割程度となっています。

家庭での食中毒は、食中毒であると認識されないことも  
あり、実際にはもっと多く発生している可能性があります。

家庭にも食中毒の危険が潜んでいるのです。

家庭での食中毒発生件数の割合（2011～2020年）



# 食中毒を防ぐ3つの原則



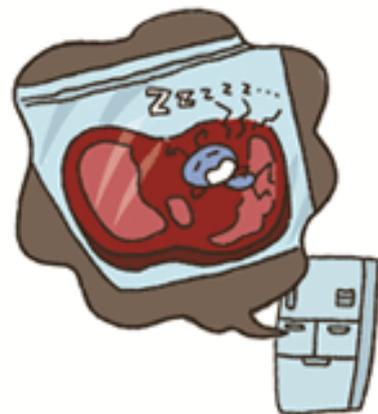
## つけない <sup>あら</sup> 洗う！

食中毒の原因となる細菌やウイルスを食べ物に  
つけないように、必ず手を洗いましょう。

## 増やさない <sup>ていおん ほぞん</sup> 低温で保存する！

購入後は、できるだけ早く冷蔵庫に入れましょう。

低温でも細菌の増殖が完全にとまるわけではない  
ので、冷蔵庫を過信せず、早めに食べることが大切  
です。



## やっつける <sup>かねつ</sup> 加熱する！

特に肉料理は中心部を75<sup>ど</sup>で1分間以上よく加熱しましょう。

ふきん、まな板、包丁などの調理器具も、洗剤でよく洗って

から、熱湯をかけて殺菌しましょう。台所用殺菌剤の使用も

効果的です。また、食中毒の原因となるウイルスは、台所へ

「持ち込まない」、「ひろげない」ことも重要です。

