

年末年始、 お肉は「よく焼き」で!

生食・加熱不足による食中毒リスクに注意!

新鮮だから安全
ではありません!



お肉をよく焼かないと…

- カンピロバクターや腸管出血性大腸菌などによるさまざまな食中毒の危険!
- ギラン・バレー症候群や溶血性尿毒症症候群（HUS）、脳症などの重い合併症の危険!

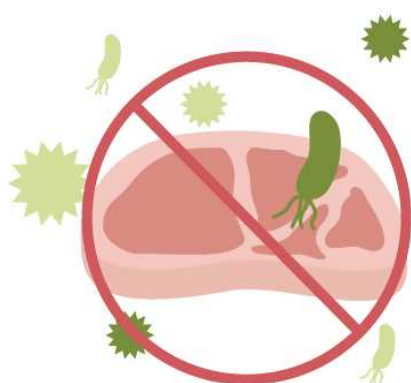
⚠ 子どもや高齢者は重症化しやすいので注意が必要です。

少し炙る程度の
不十分な
加熱は危険!

「よく焼き」で
中心部まで十分に
加熱しましょう



食中毒が疑われる症状が出た場合には早めに医療機関を受診しましょう。



お肉による 食中毒予防の ポイント

食中毒予防のためのお肉などの安全な食べ方

家庭でできる 具体的な衛生対策



肉類は中心部まで
しっかり加熱



生肉用の箸やトングを
食べる箸と分けて使用



調理器具や手指をよく
洗って二次汚染を防ぐ



飲食店でもよく加熱
された肉料理を選ぶ



野菜や果物は
流水で丁寧に洗う



調理後はすぐに食べるか
冷蔵保管する

