

腸管出血性大腸菌 ^{オー}(O157など)による 食中毒を防ごう



腸管出血性大腸菌 ^{オー}(O157など)

人や家畜の腸管内に存在する大腸菌のうち、人に下痢などを引き起こすものを病原大腸菌といい、その中でもベロ毒素を産生し血便を伴う腸炎などを引き起こすものを、腸管出血性大腸菌と呼びます。牛などの家畜の腸管内にこの菌が存在している場合があります、その糞便に汚染された食肉や野菜などが、食中毒の原因となります。



腸管出血性大腸菌O157（出典:食品安全委員会）
<https://www.fsc.go.jp/sozaishyuu/>



予防対策



- 食中毒予防の3原則「**つけない、増やさない、やっつける**」を確実に実施しましょう！
- 特に、十分な加熱、手洗いと調理器具などの洗浄の徹底を！

しっかり加熱！

- お肉は中心部までよく加熱（75℃ 1分間以上）
- オープン、電子レンジ等の調理器具を使用する場合は、加熱むらに注意



しっかり洗う！

- お肉を触った手は、その都度手洗い！
- お肉に触れた調理器具は、その都度洗浄・消毒！
- 生野菜はよく洗い、必要に応じ殺菌



加熱不十分な肉料理（レアステーキなど）で食中毒が発生しています！
そのほかにも、**浅漬け**や**サラダ**が原因食品となった食中毒があります。

浅漬けを作るときのポイント

- 浅漬けに使う野菜は、流水で十分洗浄しましょう。
- 漬込みに使う器具・容器は洗浄・消毒をしましょう。
- 漬込み中の食品は、10℃以下で保存しましょう。

