

家庭でできる!

食中毒予防の6つのポイント

point 1

食品の購入



point 2

家庭での保存



point 3

下準備



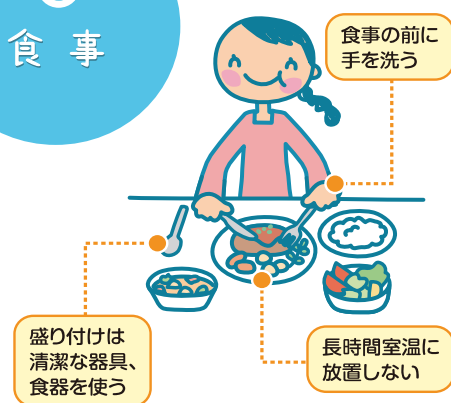
point 4

調理



point 5

食事



point 6

残った食品



家庭内で HACCP(ハサップ)に取り組みましょう

- ・原則としてすべての食品等事業者は、一般的な衛生管理に加え、HACCPに沿った衛生管理を実施し、より安全な食品を届けられるように取り組んでいます。
- ・HACCPは家庭でも食中毒予防の手段として活用することができます。

家庭で行うHACCPは次の内容を行いましょう。

- ① 食材ごとのリスクを把握する
- ② 「食中毒予防の6つのポイント」を守りながら調理する

詳しくは
ホームページで
チェック!



HACCPとは?

安全な食品を消費者に届けるために、食品工場や飲食店で行う衛生管理の方法のこと。原料の入荷から製造、製品の出荷までのいくつかの工程において、衛生管理をチェックします。



食材ごとのリスクを把握しよう

食 材	リスク (特に注意が必要な微生物)	対策の例
肉	病原性大腸菌 (O157 など) サルモネラ カンピロバクター	つけない 取扱い後の手洗い 調理器具の洗浄・消毒
		ふやさない 冷蔵または冷凍保存
		やっつける 中心部75℃ 1分間以上加熱
卵	サルモネラ	つけない 取扱い後の手洗い 調理器具の洗浄・消毒
		ふやさない 冷蔵保存 使う分だけ割って、すぐ料理
		やっつける 中心部75℃ 1分間以上加熱
魚介類	腸炎ビブリオ	つけない 取扱い後の手洗い 調理器具の洗浄・消毒
		ふやさない 冷蔵または冷凍保存
	ノロウイルス (二枚貝)	やっつける 中心部60℃ 10分間以上加熱 中心部85～90℃ 90秒間以上加熱
生食用魚介類	アニサキス	やっつける -20℃ 24時間以上冷凍
	腸炎ビブリオ	つけない 水道水で洗う
		ふやさない 4℃以下の保存
生野菜	病原性大腸菌 (O157 など)	つけない よく洗う
煮込み料理 例) カレー、シチュー	ウェルシュ菌	ふやさない 作り置きせず冷却は速やかに
		やっつける 食べる直前にしっかり再加熱
米飯、麺類 例) 炒飯、パスタ	セレウス菌	ふやさない 作り置きせず冷却は速やかに
調理後 すぐに食べない食品 例) おにぎり、弁当	黄色ブドウ球菌	つけない 手指に切り傷がある人は食品に素手で触らない
		ふやさない 低温で保存

食中毒の原因となる微生物の特徴や予防のポイントはホームページをチェック

熊本市安全安心のひろば

検索