

# 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

寄り道しないで  
まっすぐ帰ろう

消費期限などの  
表示をチェック!

肉・魚はそれぞれ  
分けて包む

**point 2**  
家庭での保存

帰ったらすぐ冷蔵庫へ!

入れるのは7割程度に

冷蔵庫は  
10℃以下に  
維持

冷凍庫は  
-15℃以下に  
維持

肉・魚は汁が  
もれないように  
包んで保存

**point 3**  
下準備

冷凍食品の  
解凍は  
冷蔵庫で

タオルやふきんは  
清潔なものに交換

ゴミはごまめに  
捨てる

ごまめに  
手を洗う

生肉・魚を  
切ったら洗って  
熱湯をかけておく

井戸水を使っていたら  
水質に注意

生肉・魚は生で食べる  
ものから離す

野菜も  
よく洗う

包丁などの器具、  
ふきんは洗って消毒

**point 4**  
調理

加熱は十分に  
(めやすは中心部分の  
温度が75℃で1分以上)

台所は  
清潔に

作業前に  
手を洗う

電子レンジを使う  
ときは均一に  
加熱されるようにする

調理を途中で  
止めたら  
食品は冷蔵庫へ

**point 5**  
食事

食事の前に  
手を洗う

盛り付けは  
清潔な器具、  
食器を使う

長時間室温に  
放置しない

**point 6**  
残った食品

時間が経ち過ぎたり  
ちょっとでも怪しいと思ったら、  
思い切って捨てる

作業前に  
手を洗う

手洗い後、  
清潔な器具、  
容器で保存

温めなおすときは  
十分に加熱する  
(めやすは75℃以上)

早く冷えるように  
小分けする

**食中毒の3原則** 食中毒菌を「付けない、増やさない、やっつける」

厚生労働省

リーフレット掲載URL (厚生労働省ホームページ)  
[http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou\\_iryuu/shokuhin/syokuchu/index.html](http://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/shokuhin/syokuchu/index.html)

道内における食中毒発生状況  
 (同時期時点での比較:7月18日現在)



	H29年(速報値)	H28年	増減
件数	25件	24件	1件増
患者数	361名	467名	106名減



保健福祉部健康安全局食品衛生課  
 担当 : 佐藤、柴崎  
 連絡先 : 011-204-5261(25-903)