



冷凍された食品をおいしく安全に食べましょう

新型コロナウイルスの感染拡大を受け、日常生活において新しい生活様式が求められています。外出を控え自宅で食事をする機会が増え、冷凍された食品を活用しているご家庭も多いのではないのでしょうか。冷凍された食品は、長期間保存が可能で、好きな時に使えるため非常に便利です。しかし、過去には誤った使い方による食中毒事例もあるため、注意点を覚えておきましょう。

冷凍された食品を扱うときに注意すること

冷凍された食品を扱うときには、購入・持ち帰り・保存・使用それぞれに注意点があります。

1. 購入するとき

- 買い物の最後に選択する
- 包装に破れがないか確認する
- ロードラインを超えていないか確認する

※ロードラインとは；ケース内温度が規定の温度（-18℃以下）に保たれなくなる限界を示す線です

2. 持ち帰るとき

- できるだけ早く持ち帰る
- 直射日光に当てない
- 帰宅までに時間がかかる場合は、保冷バッグやドライアイスを活用する

3. 保存するとき

- 冷凍庫の閉め忘れに注意する
- 一度溶けたものはできるだけ早く調理して食べる
- 冷凍庫の温度が十分下がっているか確認する

4. 使用するとき

- パッケージの表示を確認する
- 調理方法に従って使用する
- 加熱の際は、表面から中心まで食品の全体を十分に加熱する

食品の安全・安心に関する最新情報をホームページで発信中！より詳しい情報はこちらへ↓
「食品衛生の窓」（東京都の食品安全情報サイト）知って安心～トピックス～
https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/shokuhin/anshin_topics.html
「東京都西多摩保健所」たべもの安全情報
<https://www.fukushihoken.metro.tokyo.lg.jp/nisitama/shokuhin/anzen.html>

弁当に入れる冷凍食品の自然解凍



冷凍食品の中には、凍ったままお弁当に入れて自然解凍で食べられる商品があります。時間・手間がかからず非常に便利ですが、次の点に注意しましょう

注意点

1. 「自然解凍可能」な旨の表示があるか確認する

「自然解凍可能」の表示がない場合、弁当に入れて自然解凍することを想定した食品ではない可能性があります。

2. 直射日光に当てず、温度が上がらないように持ち運ぶ

凍ったまま入れる場合においても、温度管理は重要です。温度が高くなると食中毒細菌等の増殖を促してしまうおそれがあるので注意しましょう。

過去の食中毒事例（冷凍メンチカツ）



平成 28 年に複数の自治体で、家庭での加熱調理が必要な冷凍メンチカツを原因とする食中毒が発生しました。この事例では、冷凍メンチカツ[※]が腸管出血性大腸菌 O157 で汚染されており、十分な加熱がされなかったケースがありました。

※（この冷凍メンチカツは冷凍食品ではなく、そうざい半製品の冷凍品として販売されていました）

注意点

1. パッケージの表示をよく確認する

冷凍状態で販売されている食肉調理品(メンチカツ、ハンバーグ等)は、製造時に加熱されていない場合があります。製品パッケージの「調理方法」、「使用方法」、「加熱調理の必要性」等をよく確認しましょう。

2. 中心部まで火が通っているか確認する

パッケージの表示どおり調理したつもりでも、調理器具や油の量、一度に加熱する個数等の条件によって、中心部まで十分火が通らない場合があります。食べる前には必ず中を割って、中心部の肉の色を確認することが重要です。

※スーパーマーケットで冷凍ショーケースに陳列されている商品の中には、冷凍食品の他にも「そうざい半製品」という、冷凍食品とは異なる分類のものがあります。

冷凍食品

製品の厳しい基準が設定されています。この基準に合わないものは、製造、輸入、販売することができません。

そうざい半製品

消費者が調理をして初めて完成するものです。冷凍食品のような基準がありません。