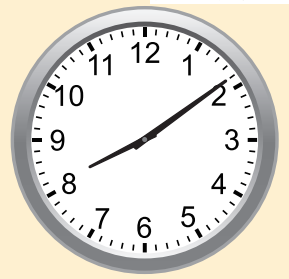


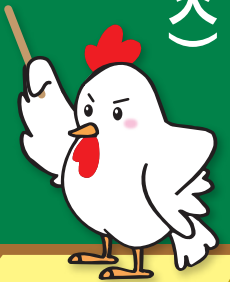
お店で出されているから
生でも**安全**だと思いませんか？



にく × しん せん = あん ぜん
肉 × 新鮮 = 安全

「新鮮だから生でも安全」は、
間違いです!

2月9日(火)



加熱不足



STOP!
食中毒

生肉料理



牛レバーや豚肉(内臓を含む)の生食用としての販売は禁止されています。



生食用の牛肉は、規格基準に適合したものに限り、販売が認められていますが、子供、高齢者、抵抗力の弱い方は、重篤な食中毒となる恐れがあるため、生肉を食べないでください。

 東京都福祉保健局

お肉を安全に食べるために… **裏面** を**チェック!**

お肉を安全に食べるために…

色が完全に変わることが目安、

1. 中までがっちり加熱。

- お肉や食肉調理品（メンチカツやハンバーグ等）は、生や半生で食べずに、**中の色が完全に変わるまでがっちり加熱**します。（**加熱目安**：中心部温度75℃・1分以上）
- もちろん、生肉と同じ皿にのせた付け合せの野菜なども、**がっちり加熱**して食べましょう。



○ OK



× NG

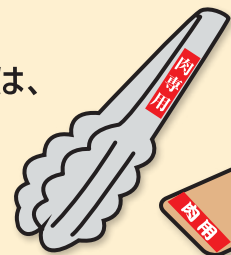


一度にたくさん揚げると油の温度が下がるので注意！

少しの菌でも発症するから、

2. 調理器具をはっきり使い分け。

- 生肉用の調理器具と、サラダなど加熱しないで食べる用の調理器具は、**はっきり使い分け**ます。
- もちろん、お肉を焼くときも、**専用の箸やトング、皿**を用意して、生肉に触れないよう注意しましょう。



生肉専用！

調理の基本、

3. 生肉に触れたら、しっかり洗浄・消毒。

- 生肉に触れた調理器具は、**洗剤**でよく洗い、熱湯や消毒用アルコールなどで、**しっかり消毒**します。
- もちろん、生肉に触れた手指も石けんを使って**しっかり洗**います。

手洗いは、2度洗いが効果的！



お肉と関係の深い主な食中毒菌・ウイルス

菌・ウイルス	主な症状	発症までの時間	特に関係の深いお肉
腸管出血性大腸菌 (O157やO111等)	激しい腹痛、 下痢（血便を含む）等	4～8日	牛肉
カンピロバクター	下痢、吐き気、 腹痛、発熱 等	1～7日	鶏肉、 牛肝臓（レバー）
サルモネラ属菌	下痢、腹痛、 おう吐、発熱 等	6～72時間	鶏肉、牛肉、豚肉
E型肝炎ウイルス	発熱、悪心、腹痛、 肝機能悪化、黄疸 等	3～8週間	豚肉、イノシシ肉、 シカ肉

●東京都の食品安全情報サイト「食品衛生の窓」●

<http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/shokuhin/>

編集・発行 東京都健康安全研究センター企画調整部健康危機管理情報課

食品衛生の窓

検索

