

令和5年6月 安全衛生メッセージ

ジメジメする季節 心はカラッと気持ち良く！

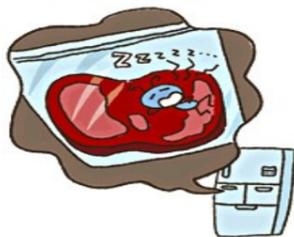
食中毒予防の三原則

① つけない



外出後、食事前、排泄後、生肉や魚等触った時は、日頃からこまめな手洗い習慣を！

② 増やさない



菌が好む温度は避けて保管！冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下

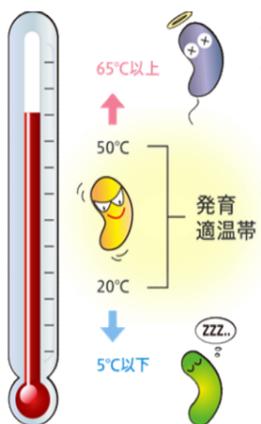
③ やっつける



肉・魚は中心温度75℃、1分以上の加熱で菌やウイルスは死滅します。

※二枚貝(ノロウイルス)は85℃～90℃で90秒以上加熱

食中毒の予防は温度管理が重要



細菌の増殖を抑える温度

すぐに食べない時は、細菌が発育する温度帯の時間を短く！

①容器に小分けにして素早く冷やす

②氷水につけて粗熱を取る

30分以内に20℃付近まで、または60分以内に10℃付近まで下げましょう。

冷凍食材の解凍方法

常温解凍や洗浄用シンクでの解凍など、不適切な解凍を行うと、細菌が繁殖する、食品が二次汚染されるなどの原因になります。「冷蔵庫での低温解凍」を基本とし、急ぐ場合は「飲用適の流水」で衛生的な解凍をしましょう。



二次汚染



常温解凍



再冷凍



冷蔵庫での解凍ポイント

冷蔵庫内(5℃以下)で解凍すると、細菌の繁殖を抑えることができます。

ドリップのモレが流れ落ちるといけないので、魚介類・肉類は冷蔵庫の最下段で解凍します。

流水での解凍ポイント

清潔なビニール袋に入れ、口をしっかりと閉めて二次汚染を防ぎます。シンクを解凍槽として使う場合は、流水で解凍を行い、使用前後にシンクの洗浄・消毒を行いましょう。

