

どうしてお肉は 生で食べてはダメなの？

夏も本番。海や山でバーベキュー！
お肉を食べることも多くなるかな？
お肉を食べるときは
しっかり火を通して食べようね！



どうしてお肉は
生で食べては
ダメなの？

動物のからだには、ヒトの病気のもとになる
細菌・ウイルス・寄生虫(病原体)がついてい
るの。病原体がお肉といっしょにおなかに入
ると、「食中毒」といって、
おなかがいたくなったり、
はいたり、からだの具合が
悪くなることがあるの。



こんなことにも
気をつけてね。



- 食べものをさわる前とさわった後にはよく手を洗う！
- 生のお肉をつかむお箸やトングは、できた料理をお口に運ぶときには使わない！
- 生のお肉を切った包丁やまな板は洗剤でしっかり洗う！
- 火を通さないで食べるもの(サラダなど)は、お肉と分けて調理する。

お肉は しっかり火を通して 食べること!!

ひとことメモ

お肉の中までしっかり火が通った目安は、お肉の色がすっかり変わることです。

お肉で食中毒にならない
ようにするには、どう
したらいいの？



お肉についている病原体
は熱に弱い。だから焼い
たり煮たりして、お肉の中
までしっかり火を通せばい
いのよ。



病原体は
熱でやっつけ
られるんだね！



お肉についている病原体が
ほかの食べものにつかない
ようにすることも大事よ。

