

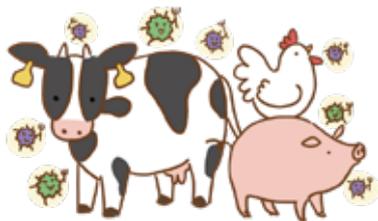
# 食中毒を防ぐために～肉の場合～



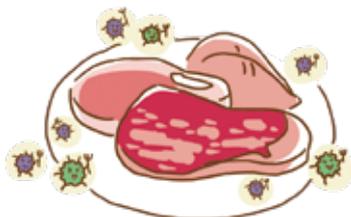
から揚げ、ハンバーグなど、肉料理は好きですか？  
ときどき、肉を食べたことが原因で、食中毒になります。  
肉による食中毒を防ぐための方法を教えます。



## なぜ、肉によって食中毒が発生するの？



牛、豚、鶏などの動物は、体の中に色々な細菌をもっています。



このため、肉には食中毒の原因となる細菌がついていることがあります。



生の肉やよく火が通っていない肉を食べた場合に、細菌が熱で死なずに食中毒になります。

## 肉を料理するとき、どんなことに注意するの？

### 調理の前

ふやさない



肉は必ず冷蔵庫で保存する。

### 調理しているとき

つけない



生の肉を切った調理道具や、さわった手は、しっかり洗う！

洗うときは、洗剤やせっけんを使わないといけないんだね。



### 加熱するとき

【ハンバーグの中の写真】  
出典：食品安全委員会「食中毒を防ぐ加熱」

やっつける



肉料理のまん中の温度が75℃以上で、1分間以上になるように十分に火を通す。特にひき肉は細菌に汚染されているので注意する。

加熱が足りないと肉のまん中はピンク色のままだよ。



### 盛りつけるとき

つけない



料理は清潔な皿に盛りつける。清潔なはしやフォークで食べる。

## まとめ

- 生の肉には、食中毒の原因となる細菌がついているため、肉はしっかりと加熱して食べること。
- 細菌を「つけない」「ふやさない」「やっつける」で、食中毒を予防すること。



どんな細菌が肉についているんだろう。 <http://www.fsc.go.jp/kids-box/>  
調べてみよう キッズボックス 検索

2020年6月