

毎月19日は食育の日です！

～みんなで出来ることから取り組みましょう～

食中毒を予防しよう

お肉はよく焼いて 食べましょう！



生や半生の鶏肉メニューや、生焼けの肉料理が原因の食中毒が多発しています。

肉料理は中心部まで十分に火を通し、安全に美味しく楽しみましょう。

お肉の常識チェック！



「新鮮だから生でも安全」は間違いです！

生の肉や内臓には、腸管出血性大腸菌O157やカンピロバクターなどの菌が高率に付着しています。

新鮮な肉ほど、感染力が強い菌が付いているおそれがあり、菌の数が少なくても食中毒を起こすので、十分な注意が必要です。



「表面を焼く」だけでは不十分です！

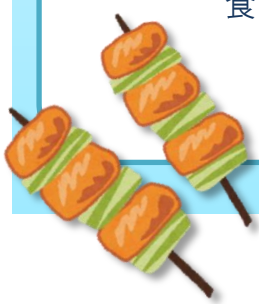
食中毒の原因菌は、肉の表面だけでなく、内部にも存在する可能性が。特にレバーでは、内部の細菌汚染が確認されています。

また、肉団子やハンバーグ等の挽肉を使用した食品は、肉表面の菌が全体に混ざられているため、中心部までの十分な加熱が必要です。



子ども・お年寄りが生の肉を食べると危険！

抵抗力の弱い子どもや高齢者は食中毒症状が重症化しやすく、合併症を併発したり、後遺症が残ることがあります。中でも、腸管出血性大腸菌による食中毒では、死に至る場合もあります。



子ども・高齢者は特に注意し、
よく火を通したお肉を食べましょう。



盛岡市では、平成25年1月に第二次盛岡食育推進計画を策定し、毎年6月と10月を「盛岡食育月間」、毎月19日を「食育の日」と制定しています。

「食育で進める、もりおかの豊かな暮らしと健康づくり」を目標として市民総参加の食育を推進しています。

資料：政府広報オンラインより