

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

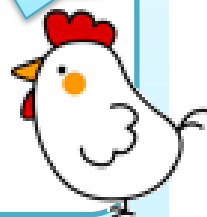
ご存知ですか？

カンピロバクター食中毒にご注意を！



「カンピロバクター」ってなんですか？

ニワトリやウシなどの家畜の腸に住んでいる細菌です。
特に、とり肉によく付いていて(過去の調査では20%～100%)
少しの菌でも食中毒を起こすので、十分な注意が必要です。



どうして食中毒になるのですか？

飲食店で、「とり刺し」「とりわさ」などのメニューを頼み、とり肉を生や半生で食べたことで食中毒になる人がとても多いです。
また、生肉をさわった手や器具を介して、他の食品にカンピロバクター菌が付き、食中毒につながることもあります。
カンピロバクター菌を口にしてしまうと、1日～7日経ってから下痢、腹痛、発熱の症状が出ます。



食中毒にならないためには？

外食時、十分に加熱されたとり肉メニューを選びましょう。
自宅での料理やバーベキューの時も、とり肉は内部が白くなるまで、十分な加熱をして食べましょう。
また、生肉を扱った手や器具で、他の食品にふれないようにしましょう。



盛岡市では、令和5年3月に第四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。