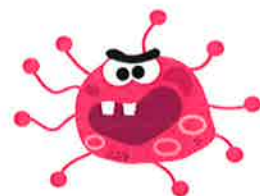




おーいちごうなな

O157 (腸管出血性大腸菌)



感染症にご注意！！

0157の原因に多い食品は**お肉**だけではありません。

実は加熱できない「**生野菜**」からの感染報告も大変多いのです。



感染症を防ぐには



①菌をつけない

☑ 生肉・生レバー等は汚染されている危険性の高い食品です。

・ **肉の触った手でサラダなどの他の食品を触れないように**しましょう。

→調理中は**こまめに手を洗い**ましょう。

・ 食器・調理器具(まな板・包丁・はし)を使い分けましょう。

※生肉を扱った「はし」で他の食品を扱わないようにしましょう。



②菌を増やさない

☑ 調理後はできるだけ早く食べましょう。

☑ 冷蔵庫を過信しないようにしましょう。

☑ 温めなおす場合は十分加熱しましょう。



③菌をやっつける

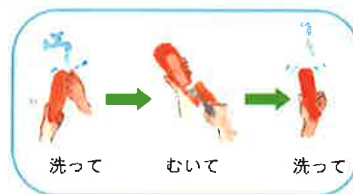
☑ 0157は熱に弱く、**75℃で1分間以上加熱**すれば死にます。

肉は表面だけでなく、中心部までしっかりと火を通しましょう。

☑ **火を通せない食品はよく洗い新鮮な材料**を使いましょう。



野菜をよく洗う。きゅうりやリンゴ等はよく洗い皮をむく
形が複雑なブロッコリー等は加熱する。



☑ 調理器具、食器類は**熱湯やハイター、ブリーチ**等で
こまめに消毒しましょう。



注意：0157の感染症の場合、
下痢止めを飲むことで症状が悪化する恐れがありますので、
自己判断で市販の下痢止めを飲まず、早めに医療機関を受診しましょう。

