

教えて！
栄養士さん！

食中毒予防 ～肉料理を食べる時のポイント～

夏場は、高温・多湿になりやすく、食中毒が発生しやすい時期です。
小児、高齢者、妊婦、免疫機能が低下している人は、食中毒を発症すると重症化しやすいため、特に注意しましょう。

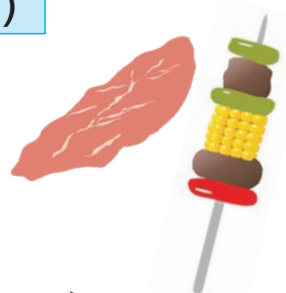
焼肉・バーベキュー

自分で肉を焼きながら食べる場合は、十分に加熱し、生焼けのまま食べないようにしましょう。
また、生肉の保存温度が高くならないようにしましょう。

しっかり焼いて食べましょう
・筋切りした肉
・タレなどに漬け込んだ肉
・牛や豚、鶏のレバー など

ひき肉料理（ハンバーグ、メンチカツ、つくねなど）

外側が焼けていても中は生焼けになっている場合もあります。
肉汁が透明になり、中心部の色が変わるまで加熱しましょう。



肉を調理する時の注意点

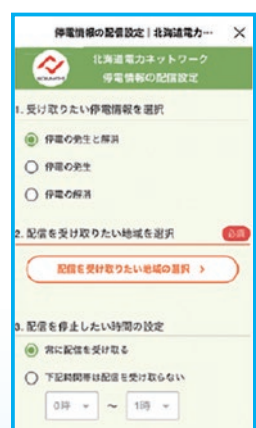
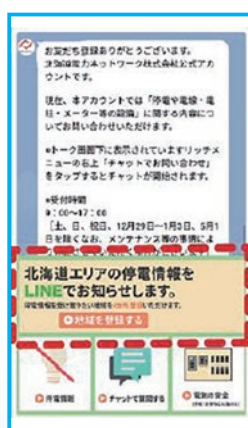
- ・サラダなど、生で食べるものとは別に調理しましょう
- ・肉を取り扱う「前と後」で必ず手を洗いましょう
- ・生の肉をつかむ箸と加熱後の食品をつかむ箸は、必ず使い分けをしましょう
- ・肉を調理した器具は、きれいに洗い、熱湯で消毒しましょう

お問い合わせ先 福祉課 健康増進係 ☎47-4682

ほくでんネットワーク

LINEで停電情報をお知らせします！

事前に登録したエリアで停電が発生した場合に停電情報をお知らせします。



お友だち追加
はこちらから



チャットは
こちらから



- ①「地域を登録する」ボタンをクリック！
- ②受け取りたい情報を選択し、受け取りたい地域を選択。
- ③停電情報を受け取りたい地域を最大4か所まで選択。
- ④受け取る時間帯とメッセージ形式を選択し、登録完了！

北海道電力ネットワーク(株) 福島ネットワークセンター
☎0120-060-915 (平日9:00～17:00)
※音声ガイダンスが流れますので「5」を選択してください。