



岡山県マスコットももっち

# 生のお肉は 要注意!



牛肉や鶏肉の生食などが原因で食中毒が起きています

これらの食中毒の原因菌のほとんどは、腸管出血性大腸菌（O157,O111等）やカンピロバクターです。

新鮮なものであってもこれらの菌が付着していることがあり、生で食べれば食中毒になる可能性があります。

食肉の生食メニューの提供は控えましょう

食肉の生食は食中毒のリスクがあります。

特に、子どもや高齢者など抵抗力の弱い人には、提供しないようにしてください。

ユッケ等と牛レバーの生食は規制されています

生食用食肉には、成分規格が定められており、ユッケ、牛タタキ、牛刺し、タルタルステーキなど、加工、調理基準を満たさないとお店で提供することはできません。また、牛レバーは生食用で提供することはできません。（平成24年7月から）

原材料の食肉も取扱いに注意しましょう

食肉用の調理器具を使い分けるなどして、他の食品を生肉で汚染しないようにしましょう。

# お肉による食中毒の 予防ポイント

毎年、牛肉や鶏肉の生食などが原因で食中毒が起きています。これらの食中毒の原因菌のほとんどは、**腸管出血性大腸菌（O157,O111等）**や**カンピロバクター**です。

**新鮮なものであっても**これらの菌が付着していることがあり、生で食べれば食中毒になる可能性があります。

## ポイント1

### 生食を避ける



- 食肉の生食は、**食中毒のリスクがあります**のでやめましょう。
- 特に、**子どもや高齢者など抵抗力の弱い人は**、食中毒症状が重くなりやすく、後遺症が残ることがありますので、**食べたり、食べさせたりしない**でください。

## ポイント2

### つけない



- 食肉の調理に使った包丁やまな板、容器などは、洗剤でよく**洗い**、熱湯などで**消毒**してから他の調理に使いましょう。
- 食肉に触れた手は、石けんを使って**十分に洗いましょう**。
- 焼き肉をするときは、生の肉をつかむ箸と食べる箸を**使い分け**ましょう。

## ポイント3

### 加熱する



- 食肉を加熱調理するときは、中の色が完全に変わるまで十分に火を通しましょう。（**中心部が75℃で1分間以上**）
- バーベキューなどでは、十分に火が通ったかどうか、明るいところでしっかりと確認しましょう。