



# 食中毒 に注意しましょう！！

例年、細菌が繁殖しやすい初夏から秋にかけての蒸し暑い季節は、**腸管出血性大腸菌(O157・O26等)**や**カンピロバクター**などの細菌による**食中毒**が多くみられます。

次の**3つのポイント**を確認し、家庭での食中毒を予防しましょう！！

## 菌をつけない

○手洗いを徹底しましょう！

➡手洗いをするポイント

- ・トイレに行った後 ・調理する前
- ・肉、魚、卵などを扱う前後 ・盛り付けをする前

○調理器具は清潔にしましょう！

➡まな板・包丁・ふきんなどは、使用の都度、洗浄・消毒し、よく乾燥させましょう！！



## 菌をふやさない

○食材は冷蔵庫で保存しましょう！

➡菌を増やさないために、低温で保存しましょう！！

○調理後は食べ残しをせず、早く食べましょう！



## 菌をやっつける

○肉などの食材は十分に加熱しましょう！

➡食材の中心部の温度が**75℃で1分間以上**



おとなに比べ、体の抵抗力が低い  
お子さんには、特に**注意が必要**ですよ！

**おあがり**  
京都市食の安全安心  
啓発キャラクター



**嘔吐・下痢が続くときには、すぐにかかりつけの医療機関を受診しましょう！！**

◆「京都市こどもの感染症」に関するお問い合わせ

○お近くの保健センター

○京都市保健福祉局 保健医療課 (TEL:075-222-4421 FAX:075-222-3416) 京都市衛生環境研究所

○京都市衛生環境研究所 管理課 (TEL:075-312-4942 FAX:075-311-3232) 平成26年6月 発行

京都市印刷物 第 262053 号



\*衛生環境研究所のホームページからもご覧になれます\*