

# 食中毒予防のための 加熱調理

～お肉を**安全に**食べるために～

栃木県保健福祉部 生活衛生課



とちまるくん

# 食中毒の主な原因食品

## 細菌

・カンピロバクター



・サルモネラ属菌



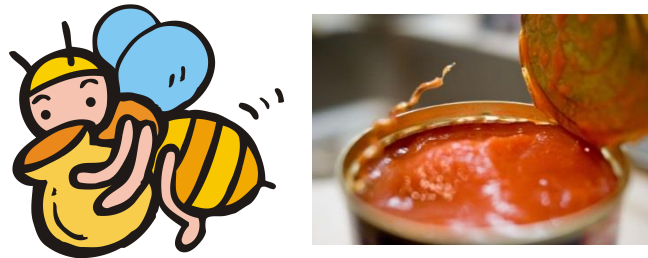
・ウェルシュ菌



・腸炎ビブリオ



・ボツリヌス菌



# 食中毒の主な原因食品

## ウイルス

- ノロウイルス
  - ・ノロウイルスに汚染された二枚貝等
  - ・（感染者が汚染した）食品
- E型肝炎ウイルス
  - ・生肉、生レバー
    - ※豚、イノシシ、シカなど

## その他

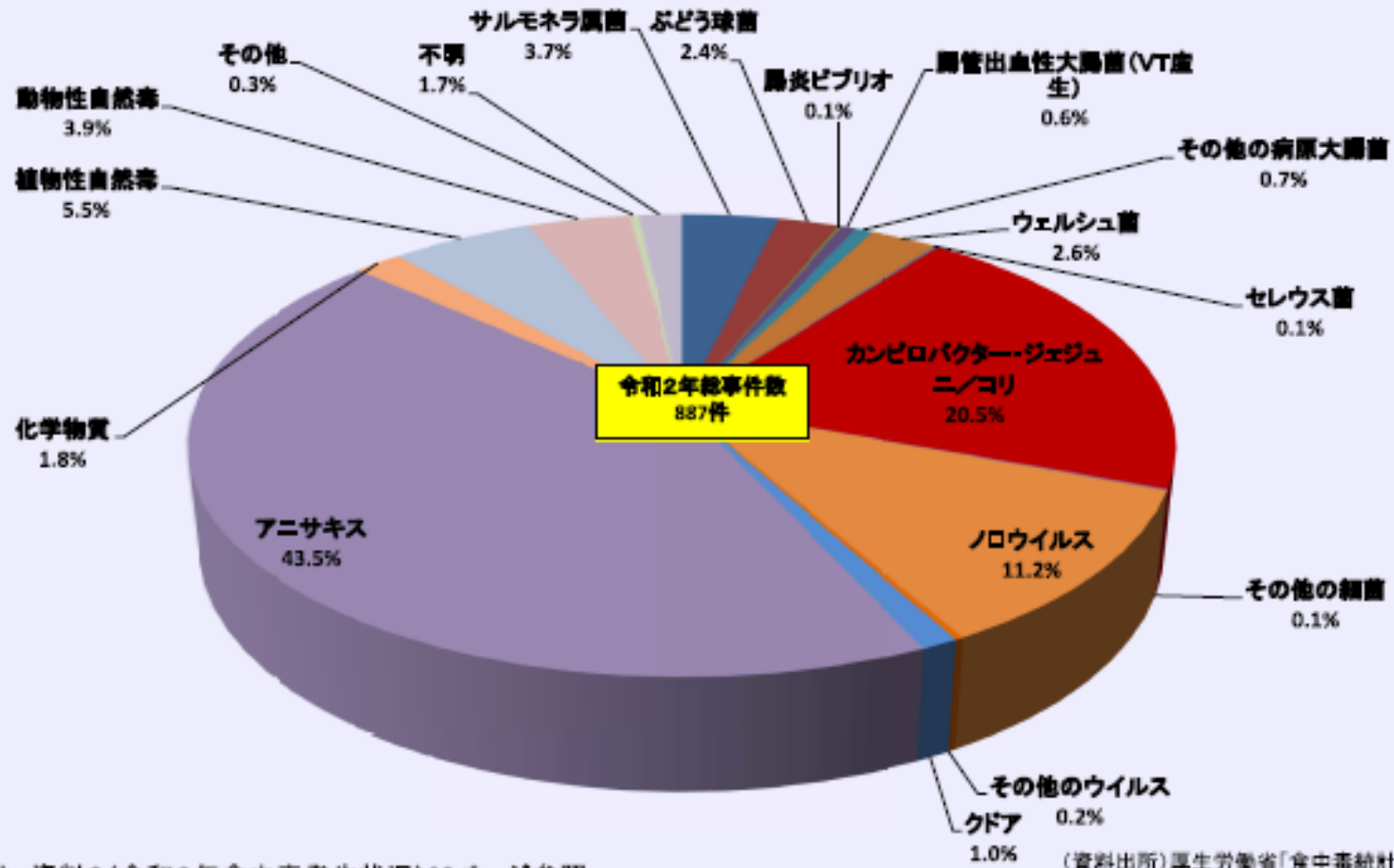
- 自然毒  
キノコ



- 有毒植物  
【間違いやすい例】  
スイセンとニラ  
イヌサフランと行者ニンニク
- 寄生虫  
アニサキス

# 食中毒の発生状況

【全体】病因物質別事件数発生状況(令和2年)



詳細は、資料2(令和2年食中毒発生状況)28ページ参照

# 家庭でできる食中毒予防

つけない！

手洗い、  
器具の洗浄消毒・使い分け！



# 家庭でできる食中毒予防

## ふやさない！

- 食べ物に付着した細菌を「ふやさない」！



# 家庭でできる食中毒予防

やっつける！

- 食品の中心温度が**85~90℃**で**90秒以上**になるように、**しっかり加熱**しましょう！

熱でやっつける！



# お肉を調理するときに注意していることは？

肉を調理するときは、中心まで十分に加熱している

89.4

生肉を扱う調理器具は、使用後に洗浄消毒している

53.8

生肉を扱う調理器具は、専用に使っている

13.5

生肉を取り扱った後、手を洗浄消毒している

69.2

冷蔵庫での保存場所を決めている

23.1

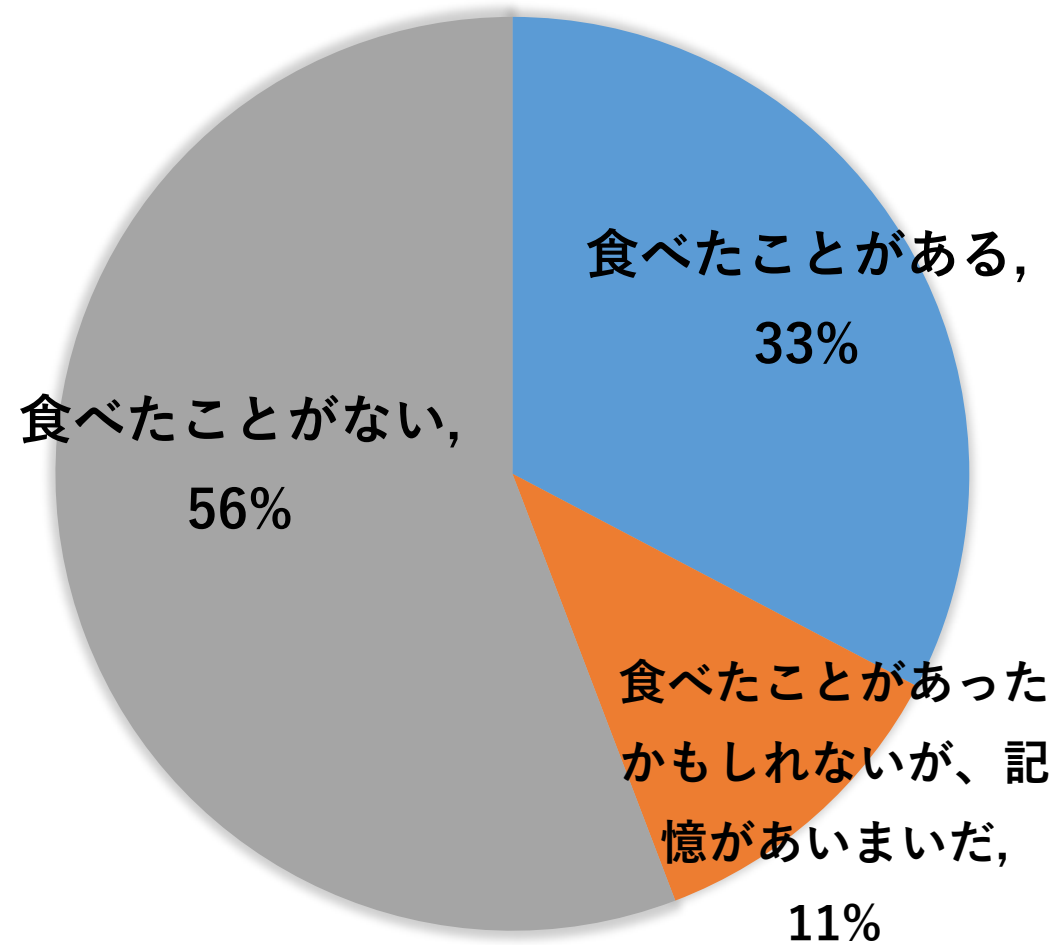
その他

1.9

0 10 20 30 40 50 60 70 80 90 100 (%)

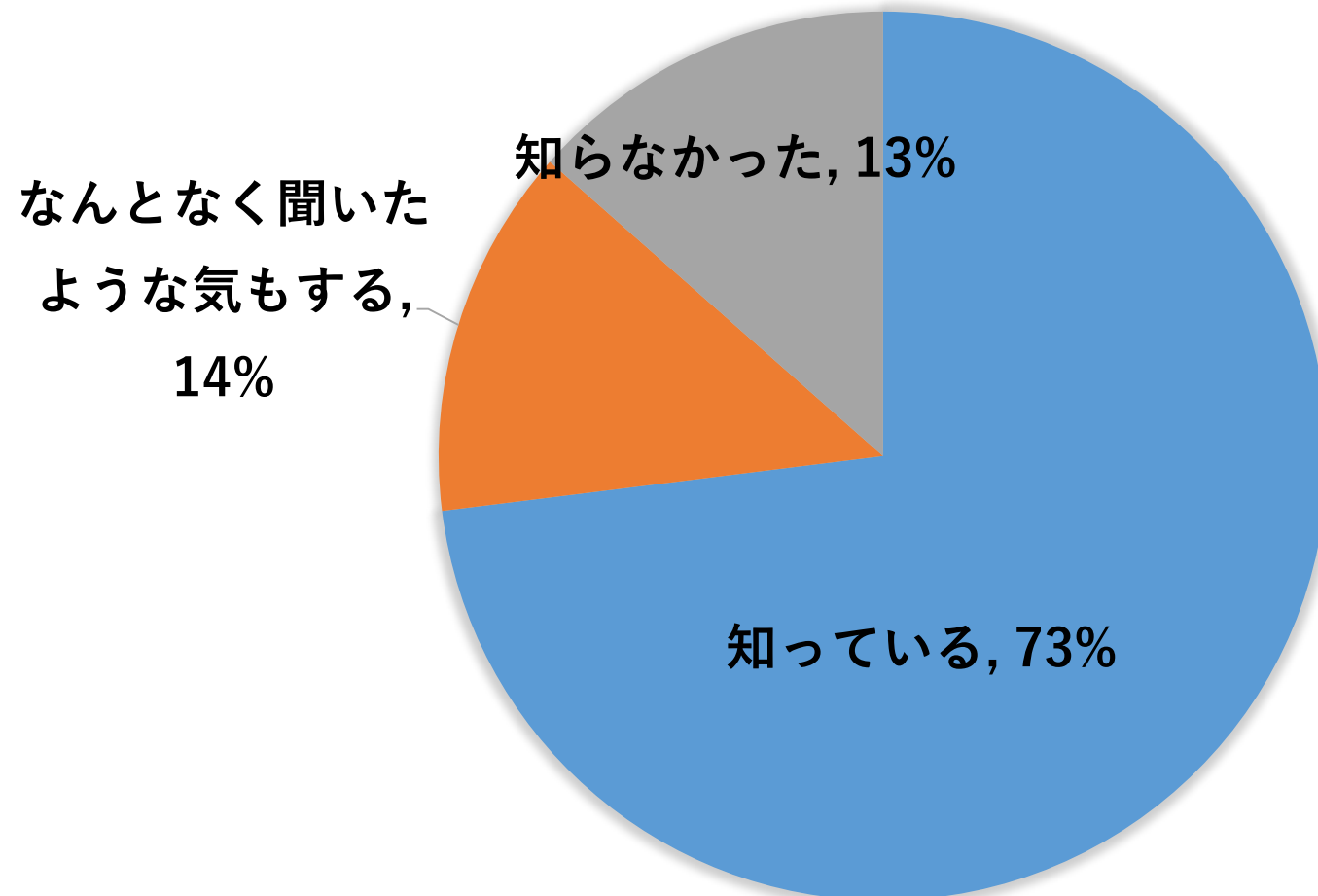


# 生又は半生の鶏肉を食べたことがありますか？



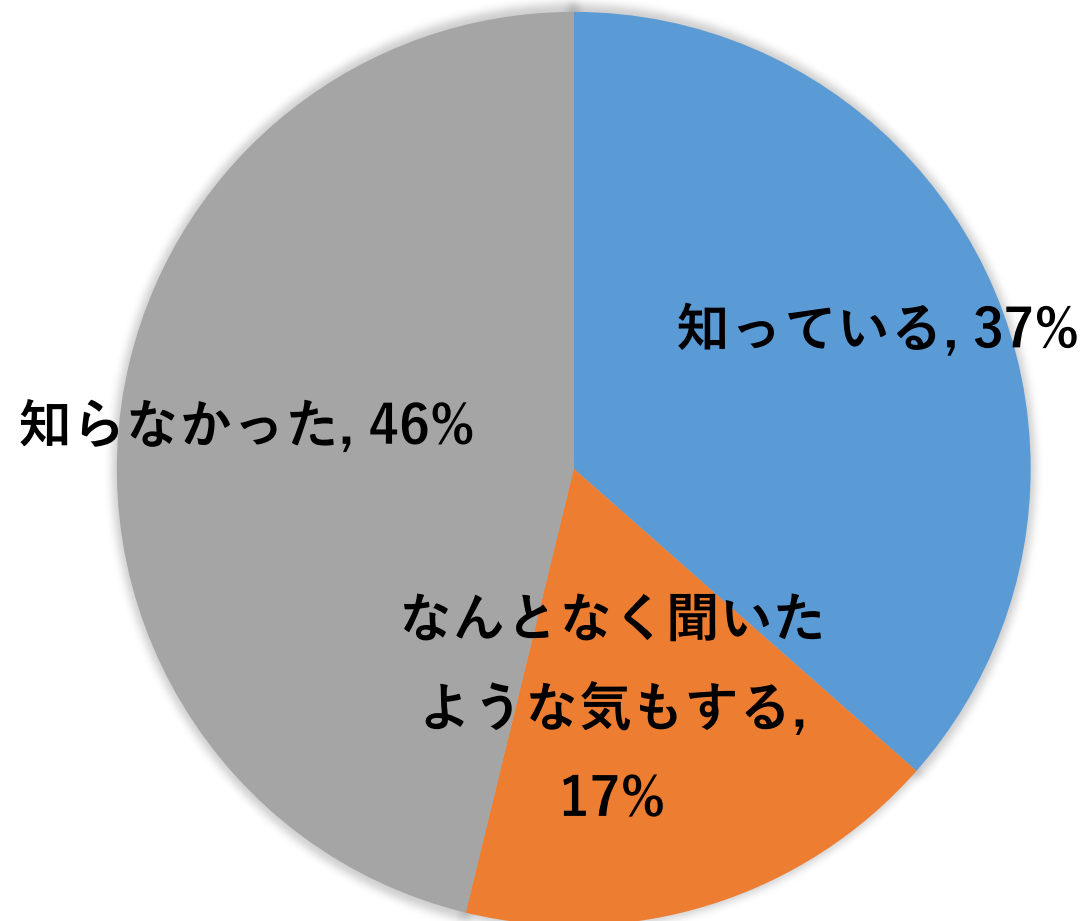
# サルモネラ菌について

卵の殻には食中毒の原因となるサルモネラ菌が付着していることを知っていますか？



# カンピロバクターについて

新鮮な鶏肉ほどカンピロバクターに汚染されている可能性が高く、実際に食中毒が起きていることを知っていますか。



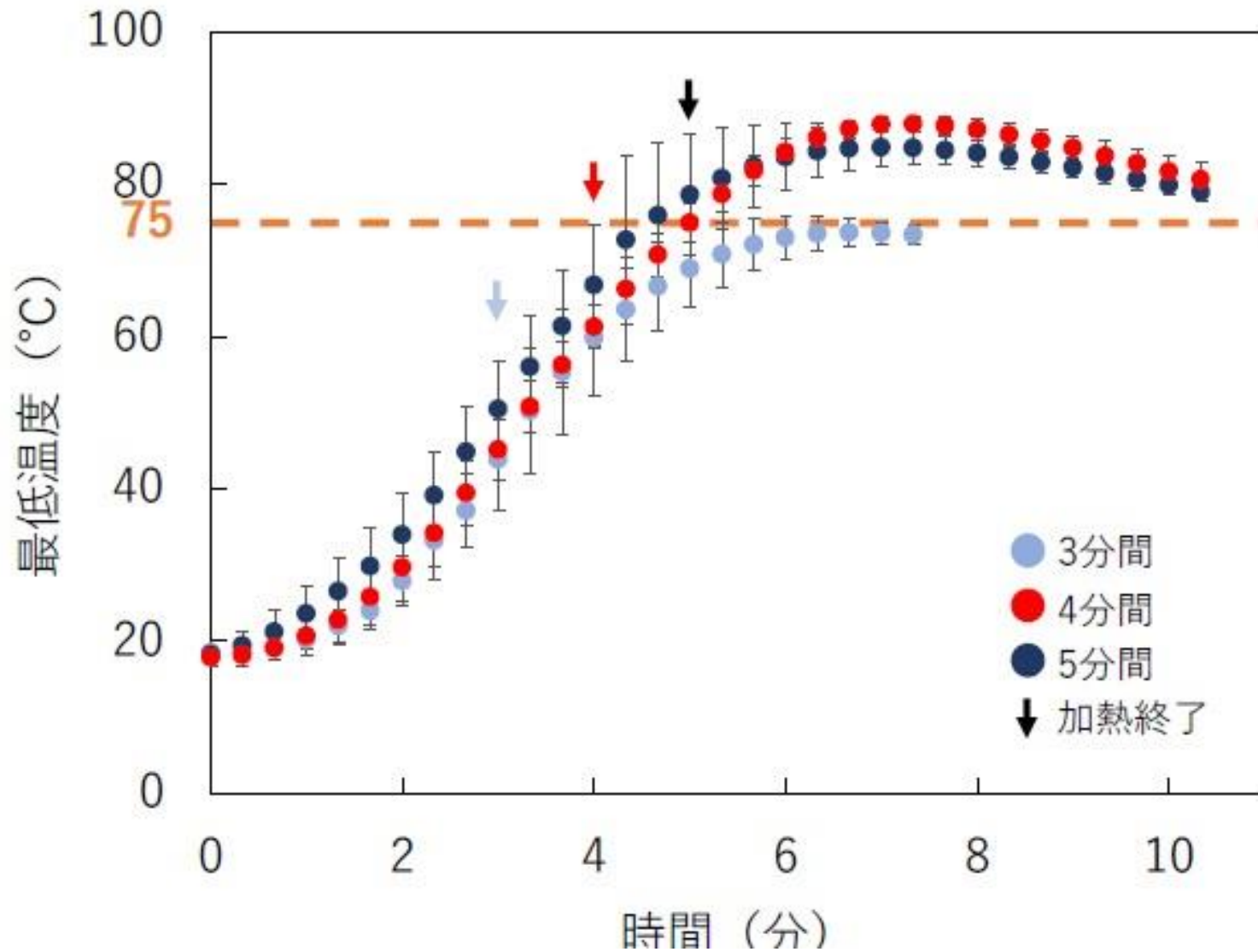
# お肉の加熱と中心温度の変化～鶏肉～

- 鶏肉は流通される前の生産段階でカンピロバクターによる汚染を受けている確率が高いが、加熱調理によって死滅する。
- 生食や加熱不十分の場合は食中毒の原因となる。
- 食中毒防止のための十分な加熱とは中心部まで75℃1分間以上の加熱が必要。

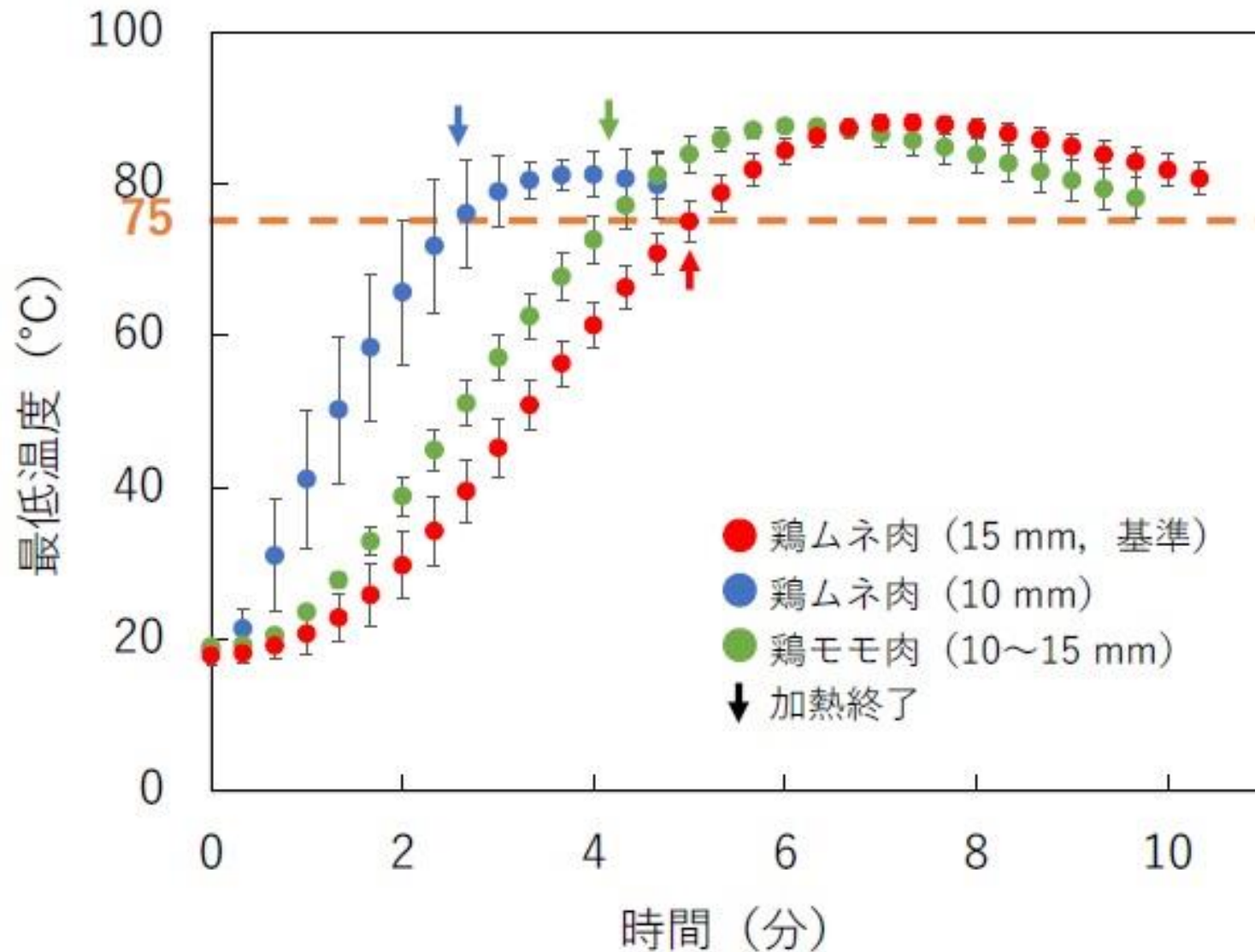
# お肉の加熱と中心温度の変化～唐揚げ編～



# お肉の加熱と中心温度の変化～唐揚げ編～



# お肉の加熱と中心温度の変化～唐揚げ編～





約 5 分

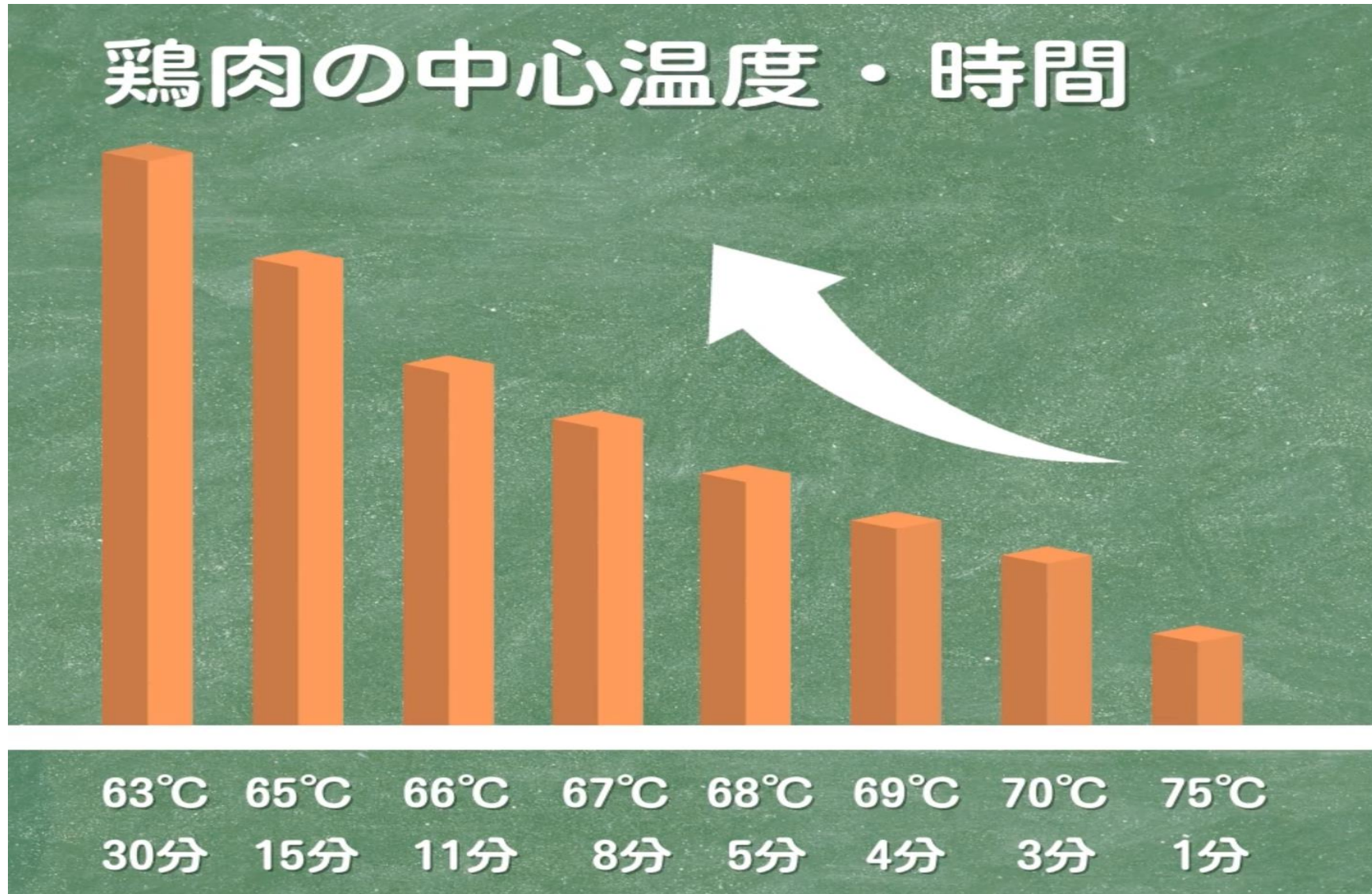


## 揚げ上がりの目安

- 鶏肉からでる泡が細かくなる
  - 揚げ油の音が高くなる
  - 鶏肉が表面に浮いてくる
  - 油の中で箸で挟んだときに、鶏肉の中心から細かい振動を感じる
- 一番大きなものを取り出し、中心部に火が通っているか確認する



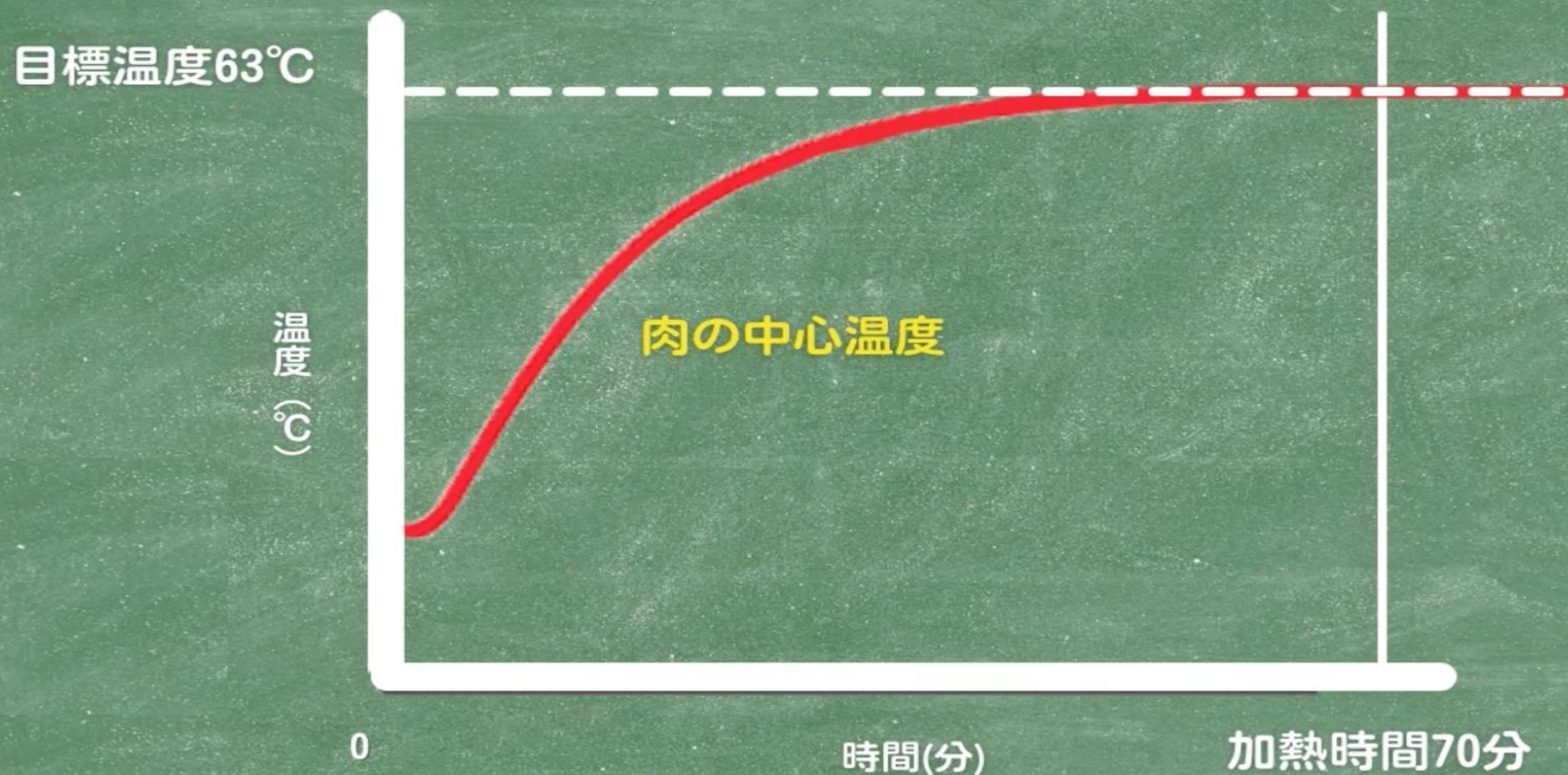
# お肉の加熱と中心温度の変化～鶏肉～



# お肉の加熱と中心温度の変化～低温調理編～



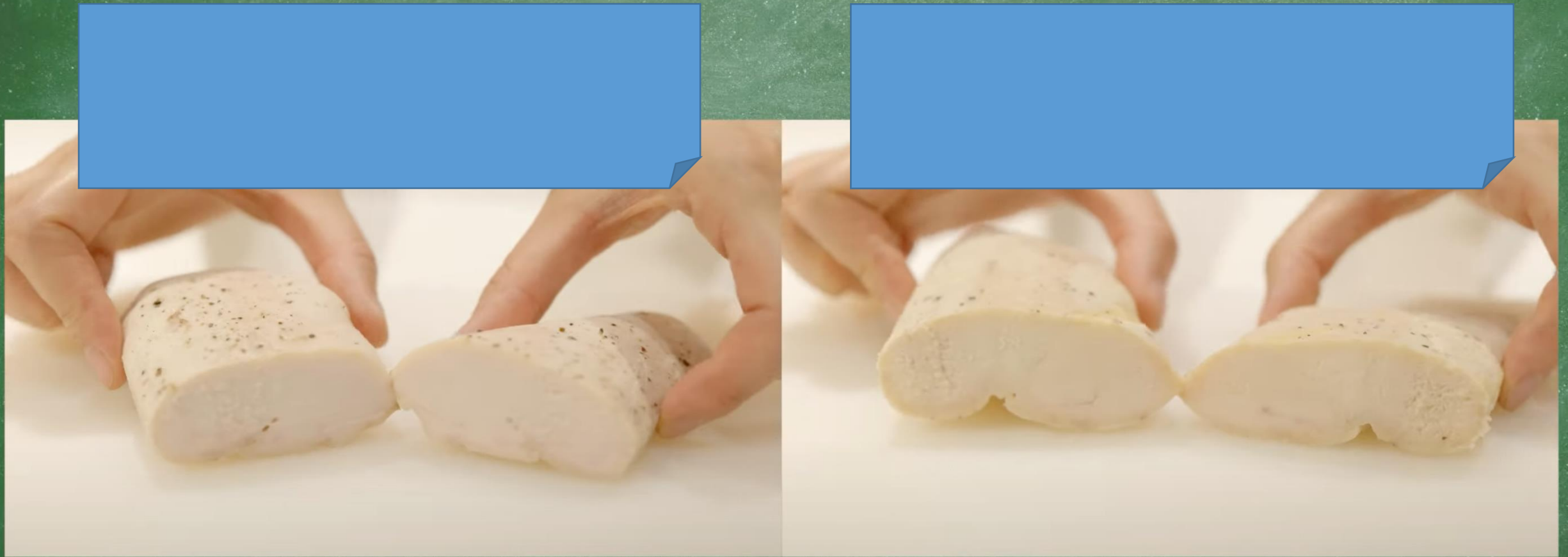
湯温が63°Cになってから  
鶏肉をいれたときの肉の中心温度変化



# お肉の加熱と中心温度の変化～低温調理編～



# お肉の加熱と中心温度の変化～低温調理編～



# お肉の加熱と中心温度の変化～低温調理編～

## 低温調理の時のポイント

- 見た目では十分加熱できたか分かりません
- 公式ホームページやレシピ本を参考にしましょう
- 肉の厚さがレシピより厚い時には時間を伸ばしましょう
- 自己流で温度を下げたり時間を短くするのはやめましょう

# 家庭でできる食中毒予防

## 食中毒予防の3原則

- 1 つけない＝洗う！分ける！
- 2 増やさない＝低温で保存する！
- 3 **やっつける＝加熱処理！**



# 食の安全・安心に関する情報発信をしています！

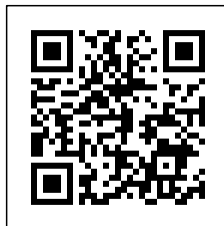
Facebook



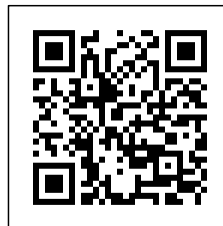
Twitter



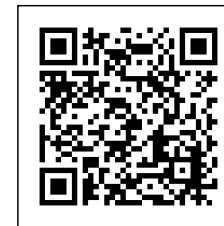
YouTube



とちまる食の安全通信

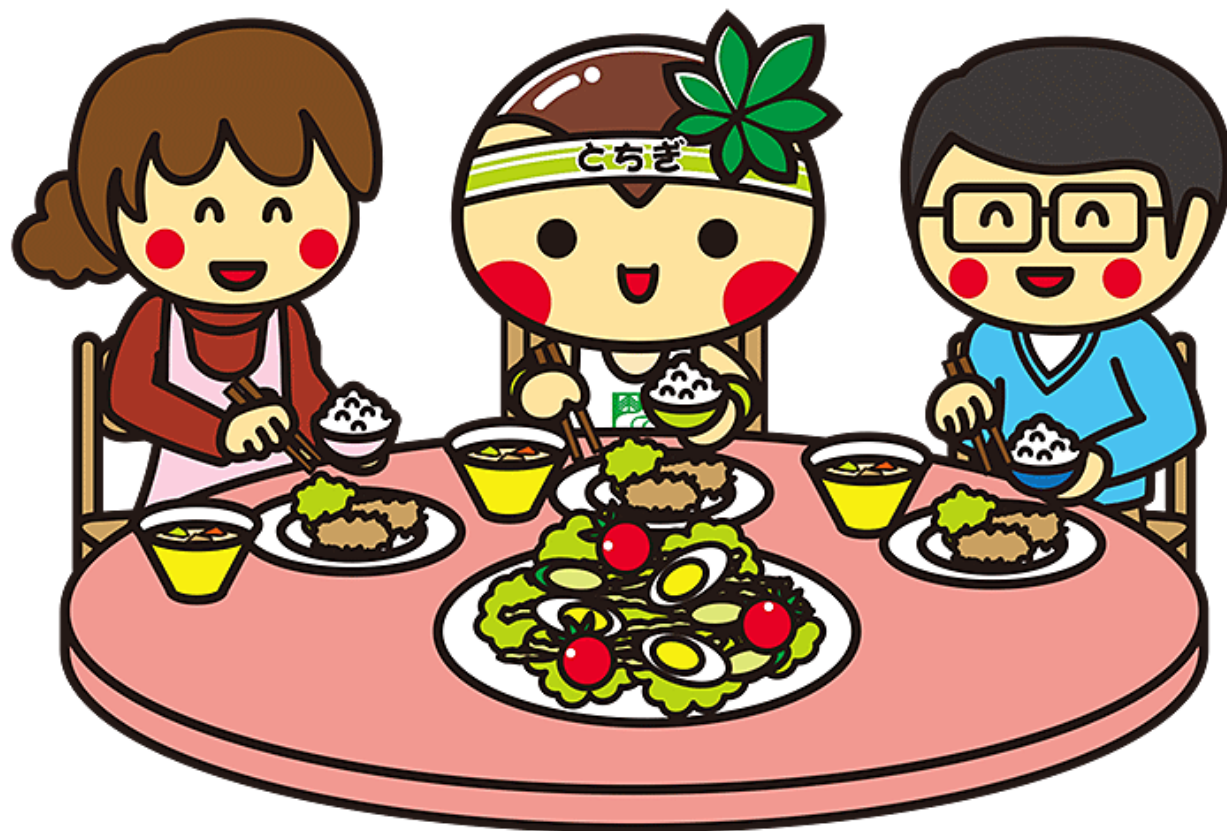


とちまる食の安全通信



とちまる食の安全通信

ご清聴ありがとうございました。





～子育て中の保護者を対象とした～

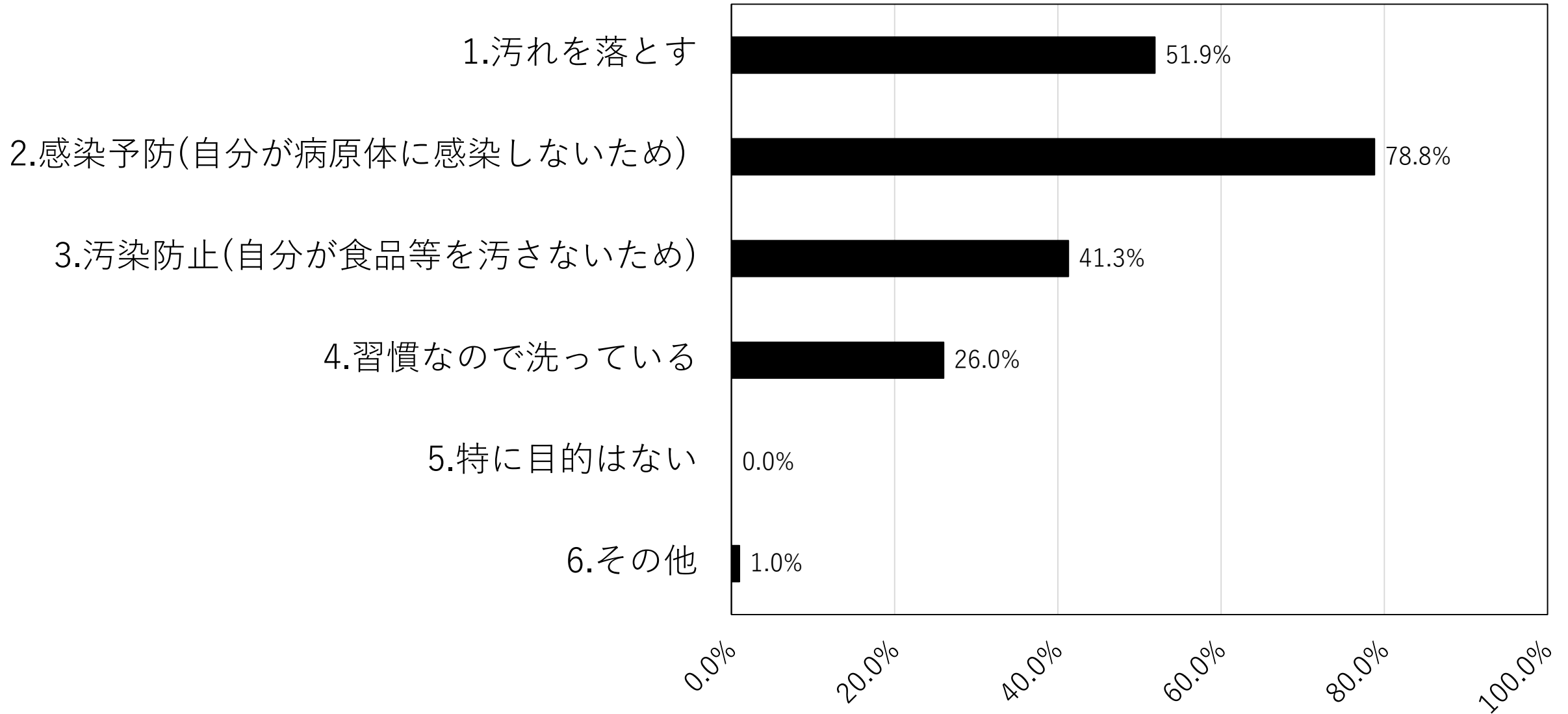
# 手洗と食中毒に関する アンケート結果

栃木県保健福祉部 生活衛生課

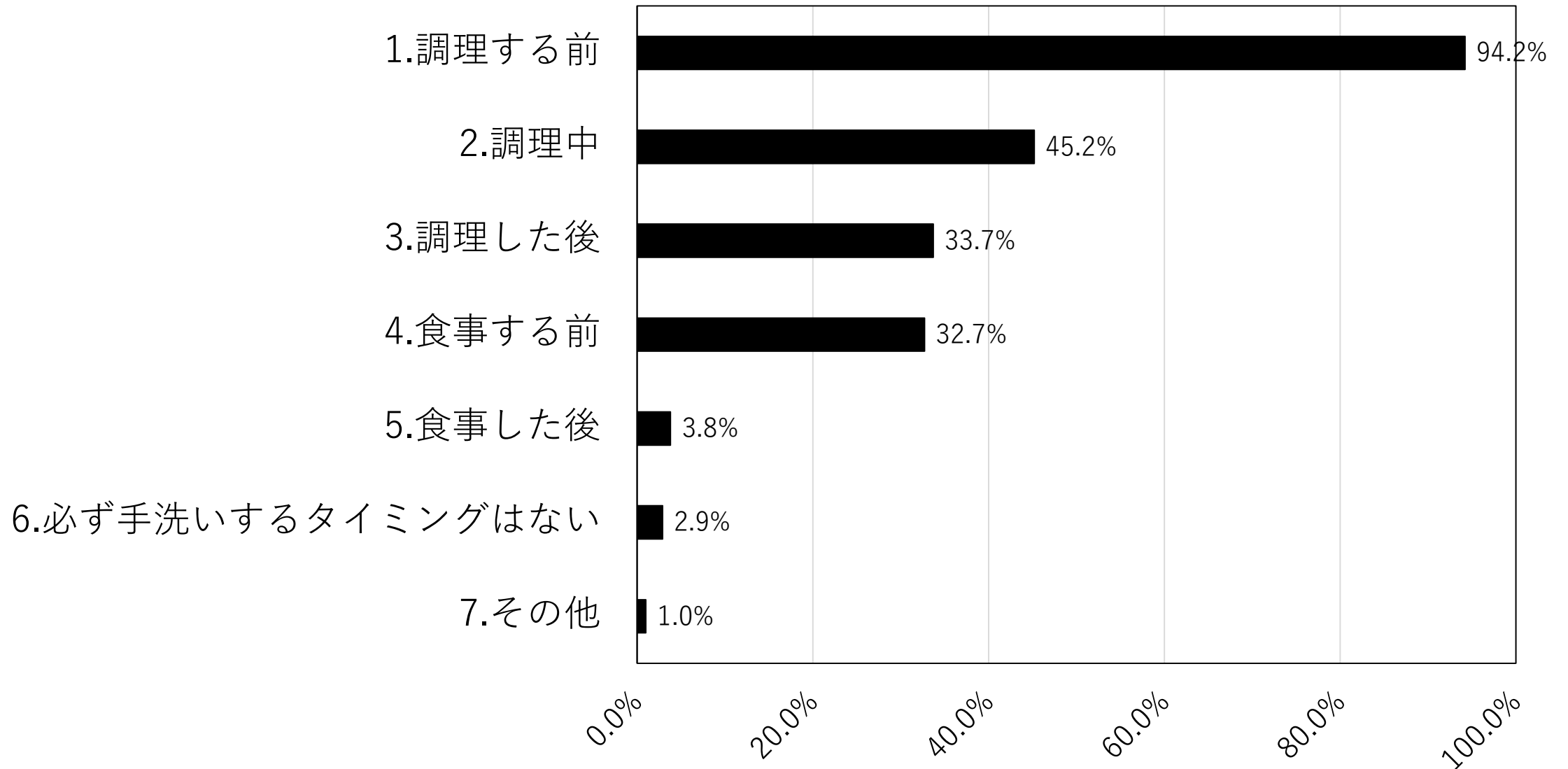


とちまるくん

# 手洗をする目的は何ですか？



# 必ず手洗するタイミングは？



# 普段の手洗はどれですか？

