

# 新鮮！情報便



【<タイトルエリア>…第35号】

□発行：東京海上日動 代理店 エコー保険(株)

<<<<<巻頭言エリア>>>>>

## ■ INDEX

▽時の話題「家庭でできる！食中毒予防6つのポイント」

▽なんでもランキング「人気の暑さ対策グッズ」

▽時の話題「家庭でできる！食中毒予防6つのポイント」

ご家庭の食事でも発生する危険性がある食中毒。今回は厚生労働省から発信されている、「家庭でできる食中毒予防のポイント」の中から、うっかりしてしまいそうなポイントを抜粋してお届けします。

詳しい内容は、下記厚生労働省ホームページをご覧ください。

「食品安全情報:家庭でできる食中毒予防のポイント」

<http://www1.mhlw.go.jp/houdou/0903/h0331-1.html>

### ●食中毒予防の三原則

食中毒予防の三原則は、食中毒菌を「付けない、増やさない、除く」です。

### ●上記三原則を踏まえた「家庭でできる！食中毒予防6つのポイント」

#### ポイント1：食品の購入

- ・消費期限の表示がある食品は、期限を確認して購入する。
- ・温度管理が必要な生鮮食品などは、買い物の最後にする。
- ・肉や魚は水分が漏れないようにビニール袋などに分け入れる。
- ・買い物が済んだら、立ち寄りせずにまっすぐ家に持ち帰る。

#### ポイント2：家庭での保存

- ・冷蔵・冷凍が必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫・冷凍庫に入れる。
- ・冷蔵庫は10度C以下、冷凍庫は-15度C以下に維持する。
- ・冷蔵庫の中は詰めすぎない。

#### ポイント3：下準備

- ・肉・魚・卵を触る前後には、必ず流水で手を洗う。
- ・生の肉や魚を切った包丁やまな板は、洗って熱湯をかけてから次の食品を調理する。

- ・凍結している食品は、使う分だけ冷蔵庫の中や電子レンジで解凍する。
- ※室温で解凍したり、冷凍と解凍を繰り返すと、食中毒菌が増える原因に！

#### ポイント4：調理

- ・加熱が必要な食品は、中心部の温度が75度Cで1分以上を目安に加熱する。
- ・調理を途中で中断する時は、食品を冷蔵庫に入れる。
- ・電子レンジを使う時は、電子レンジ用の容器、ふたを使用する。熱の伝わりにくいものは、時々かき混ぜる。

#### ポイント5：食事

- ・調理前後の食品は、室温に長く放置しない。
- ※大腸菌 O157 は、室温に15～20分放置すると2倍に増えてしまう。

#### ポイント6：残った食品

- ・温かい食品は、早く冷えるように浅い容器に小分けして、冷えたら冷蔵庫で保存する。
- ・時間が経ち過ぎたら、思い切って捨てる。

【ご注意】 この情報は2011.5.25時点の情報です。

---

#### ▽何でもランキング「人気の暑さ対策グッズ」

---

- 1位：冷たくなるタオル(水を含ませ絞るだけでひんやり)
- 2位：冷却スカーフ(水を含ませるだけで長時間冷感が持続)
- 3位：コンパクト扇風機  
(ミストが出て、周囲の熱を吸収する機能つき携帯用小型扇風機)
- 4位：充電式扇風機(携帯用小型扇風機)
- 5位：エアコンマット (マットレスにファンで風を通し、内にこもった汗や熱を強制的に排気)

【出展協力】リアルマーケット

【ご注意】 この情報は2011.5.25時点の情報です。

<<<<編集後記エリア>>>>

---

#### 【タイトルエリア】

発行元：東京海上日動火災保険(株)

代理店 エコー保険(株)

---