

鶏料理を楽しむために

～カンピロバクターによる食中毒にご注意を！！～

毎年、飲食店や施設、ご家庭で、生の鶏肉や加熱不十分な鶏料理、鶏肉や調理器具の不適切な取扱いにより二次汚染された食品を原因とした、カンピロバクターによる食中毒は、**一年を通じて発生**しています。

鶏料理を楽しむために～家庭で調理する際に気をつけたいポイント～

○ポイント1 ～しっかり手洗い！～

手洗いは食中毒予防の第一歩です。食事の前や、調理をする時などは、しっかり手を洗いましょう。



○ポイント2 ～調理器具は清潔に！～

まな板等の調理器具は、清潔なものを使い、調理が済んだ後も、洗剤での洗浄に加え、熱湯や塩素系漂白剤で消毒をして、よく乾燥させましょう。



○ポイント3 ～生の鶏肉を他の食材にくっつけない！～

調理をする時に、生肉が他の食材（特に生で食べる野菜、果物等や調理済みの食品等）と接触することを防ぐために、調理器具を分けるか、肉は最後に切りましょう。



○ポイント4 ～鶏肉を洗わないで！～

もし鶏肉に食中毒の原因となる菌が付いていたら、水と一緒に食中毒菌が飛び散ってしまい、キッチンや周りの食材へ広がってしまいます。



○ポイント5 ～中心までしっかり加熱！～

鶏肉を調理するときは、お肉の中心部までしっかり加熱(中心の温度が75℃以上で1分間以上)しましょう。

中心が白くなるまでが目安です。



「新鮮だから安全」とは限りません

カンピロバクターは、生きた鶏等が保菌している場合があるため、鶏肉や内臓（レバー等）は「新鮮だから生で食べられる」とは限りません。外食の際は、よく加熱されたメニューを選ぶようにしましょう。

