

## 家族や友人を守るために知っておきたい バーベキューでの食中毒予防

屋外でのバーベキューはいつもとは違う雰囲気家族や友人と楽しく過ごせるイベントですね。一方で、暖かい気温や屋外の調理は食中毒が起こりやすい条件が揃っているとも言えます。今回はバーベキューでの食中毒予防のポイントをお知らせします。

### 肉をよく焼いたらOK?

⇒きちんと加熱することはとても大切!でもそれだけでは不十分です!

肉の中心までしっかり火を通すことも大切ですが、「調理器具を通して生の食材についていた食中毒菌が、加熱済み・加熱しない食品にうつる」ことにも注意が必要です。

### ★重要なのは tong や箸、包丁などの使い方

①生の肉や魚介類には食中毒菌がついている可能性があります。加熱調理する肉や魚などと、加熱をせずに食べるサラダ野菜などの食品では、別々のまな板や包丁を使いましょう。分けて使うことが難しい場合は加熱しない食品を先に調理し、その後で加熱調理用の肉や魚を扱うようにしましょう。

②生肉をつかんだ tong で焼いた肉などを触ると、焼いたお肉に食中毒菌がついてしまうかもしれません。調理に使用した tong や箸と、調理後の食品に触る tong や箸は、分けて別のものを使いましょう。



### ★食材の保存もポイント!

- ①食中毒菌は常温で増えやすいので、食材は保冷する必要があります。食材(特に肉や魚)はクーラーボックスに入れ、保冷剤でしっかり冷やしましょう。
- ②生の肉や魚介類には食中毒菌がもともと付いている可能性があります。個別に袋に入れるなどして、他の食品に触れたり液が漏れたりしないようにしましょう。

### 食中毒予防の3原則「つけない」「ふやさない」「やっつける」を意識しよう

- つけない⇒ tong や箸や包丁などの使い方、食材同士の接触や液漏れに気を付ける。
- ふやさない⇒食材はしっかり保冷しましょう。
- やっつける⇒きちんと中まで加熱しましょう。

食中毒予防のポイントを押さえて、楽しい思い出にしてくださいね。

東海コープ  
ホームページに  
「おいしくって、  
安全なおはなし」の  
バックナンバーが  
あります。



2026年  
7月1週  
(26号)

東海コープからの  
おいしくって、  
安全なおはなし

