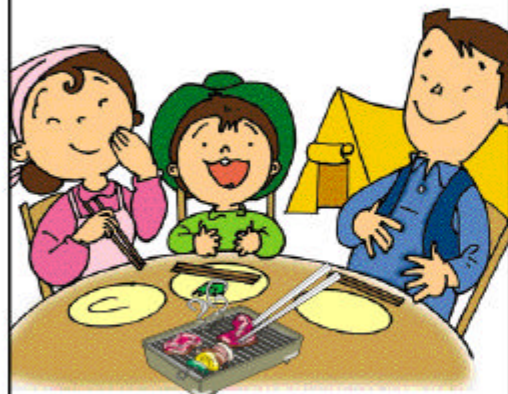


食中毒にならないために

アウトドア編



焼肉・バーベキュー

準備

- 肉、魚、野菜は食材毎に別々にしっかり包む
- 肉や魚は出発まで冷蔵庫へ
- 移動はクーラーボックス等で低温保存



調理

- 野菜を先に、最後に肉を切る(二次汚染防止)
- 手や包丁などはすぐ洗う
- 肉や魚はしっかり加熱(焼く、煮る、蒸す等)



食事

- レバー・ホルモン等内臓肉は、生で食べない
- 生肉の「取りばし」(焼くとき)と食べるときの「はし」は別々に
- 毒のある植物の枝をはしに使わない(キョウチクトウ)



きのこ狩り

- 知らない「きのこ」には手を出さない
- もう一度食べられることを確認して
(有毒キノコ例:ドクツルタケ・クサウラベニタケ・ツキヨタケ・カキシメジ)



ホームページのご案内

「広島市」のHPの中で、食品衛生の情報を紹介しています。
<http://www.city.hiroshima.jp/shakai/>
 問い合わせ先
 広島市食品安全情報センター(保健所内)
 広島市中区富士見町11-27
 TEL:241-7437 FAX:241-2567

弁当 お花見、ハイキング、遠足

準備

- 手をしっかり石けんで洗ってから
- おむすび作りにラップやポリ手袋を使う



調理

- 当日調理を心がけ、おかずはしっかり加熱、冷ましてからつめる



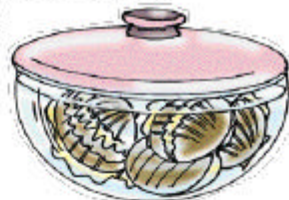
食事

- 直射日光をさけて、涼しい場所で保管
- 早めに食べる
- わき水や川の水は、わかって飲む



潮干狩り

- アサリの砂だしは、「吐く水」が食品や調理器具に飛び散らないようにフタをする
- 春先に二枚貝が毒化することがある
- 情報に注意しよう



山菜採り

- 新芽・若葉・根だけで、種類を見分けるのはむずかしい 似ている実にも注意
- わからないものは、採らない、食べない
(有毒植物例:チョウセンアサガオ・ヤマゴボウ・トリカブト・バイケイソウ・スイセン・フクジュソウ・ドクゼリ)



魚釣り

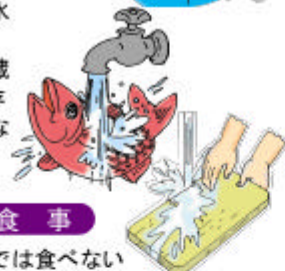
準備

- クーラーボックスには氷をたっぷり用意



調理

- あら処理は水道水で洗い流しながら
- 処理後はすぐ冷蔵庫や氷で保存
- 刺身調理前にまな板・包丁の洗浄



食事

- 残った刺身は、生では食べない

フグ

- 釣ったフグは素人調理をしない、食べない、人にあげない

