

お家の人といっしょに読みましょう！



表紙の食品衛生クイズ解答・解説

問題	ほとんどの食中毒菌は熱に弱い。
a ○	ほとんどの食中毒菌は、熱に弱いので十分に加熱（中心温度 75℃, 1 分間以上）調理すれば安全です。肉の場合、肉特有のピンク色がなくなって、肉汁が透明になるくらいが目安です。（注：ノロウイルスは中心温度 85～90℃, 90 秒以上）
問題	食中毒菌が増えると、味やにおいが変わる。
b ×	食中毒菌が増えても、食品は見た目にも何も変わらず、味やにおいは変わりません。

食品衛生クイズ解答・解説

問題	犬や猫、カメなどのペットは、人に害のある細菌をもっていない。
1 ×	犬や猫、カメなどの動物が普通にもっている細菌の中にも、人に害のあるものがあります。ペットを清潔にしてあげることや、さわった後の手洗いが大切です。
問題	食中毒菌がついている食品は、味やにおいが変わる。
2 ×	食中毒菌がついても、食品は見た目にも何も変わらず、味やにおいも変わりません。
問題	新鮮な肉は、生や生焼けで食べても食中毒にならない。
3 ×	生肉は、その日に加工したばかりの新鮮なものであっても、食中毒菌がついている可能性があります。新鮮だから大丈夫というのは間違いです。
問題	生肉を切ったまな板を洗わずに、生で食べるキャベツを切ってはいけません。
4 ○	生肉を切った後のまな板や包丁には細菌がついています。生肉や生魚を切った後は洗剤でよく洗い、洗った後、熱湯や塩素系消毒薬で消毒することが必要です。できれば、肉用、魚用、野菜用と別々にそろえて使い分けましょう。
問題	冷蔵庫の中は、温度が低いので、細菌は死んでしまう。
5 ×	一般に冷蔵庫は 10℃以下、冷凍庫は -15℃以下です。細菌の多くは、10℃以下では増え方がゆっくりとなり、-15℃以下では増えなくなります。しかし、決して細菌が死ぬわけではありません。冷蔵庫や冷凍庫中の温度が上がってしまったり、冷蔵庫や冷凍庫から出せば活動をまた始めます。冷蔵庫や冷凍庫での食品の詰めすぎや、ひんぱんな開け閉めに注意が必要です。

問題	トイレの後は、手を水で洗えば、十分である。
6 ×	お尻をふくとき、下痢の場合は特に、トイレットペーパーを重ねてふいても手指に細菌がつくといわれています。手指についての細菌は、石けんを使って丁寧に洗い流してください。
問題	食中毒菌がついているものを食べたときは、だれでも食中毒になる。
7 ×	食中毒菌がついているものを食べた人が、全員食中毒になるわけではありません。食中毒菌に対する抵抗力には、個人差があり、その時の体調も影響します。また、特に高齢者、子どもは、抵抗力が弱いので注意が必要です。
問題	冷凍食品を暖かい部屋で解凍してもよい。
8 ×	冷凍食品は、法律により-15℃以下で保存しなければいけません。冷凍食品を調理台に置いたまま、暖かい部屋（室温）で時間をかけて解凍することは、食中毒菌が増えやすくなりますので、電子レンジですぐに温めるか、冷蔵庫内で解凍するようにしましょう。※「自然解凍OK」などと書いてある冷凍食品については、部屋や弁当箱でも解凍できます。
問題	冷蔵庫へ食品を入れる時は、よく冷えるように、ラップなどで包まずにそのまま入れる。
9 ×	食品どうしが触れて互いに汚染されないように、容器に入れたりラップに包んで保存することが大切です。
問題	細菌は、栄養、水分、適度な温度、時間がそろくと増える。
10 ○	細菌が増えるには、栄養、水分、温度、時間の4つの要素が大きいかかわっています。食品には、栄養、水分があるので保存する温度や時間に注意しましょう。

内容についてのお問い合わせは、下記のところへ
 < 岐阜市保健所 食品衛生課 TEL 058-252-7194 >



【食中毒予防の3つの約束】

- 1 つけない
- 2 ふやさない
- 3 やっつける

しっかり守っておいしいごはんを！