

どうしてお肉は生で食べてはダメなの？

夏も本番。海や山でバーベキュー！
お肉を食べることも多くなるかな？
お肉を食べるときは
しっかり火を通して食べようね！



どうしてお肉は生で食べてはダメなの？

動物のからだには、ヒトの病気のもとになる
細菌・ウイルス・寄生虫(病原体)がついてい
るの。病原体がお肉といっしょにおなかに入
ると、「食中毒」といって、
おなかがいたくなったり、
はいたり、からだの具合が
悪くなることがあるの。



こんなことにも
気をつけてね。



- 食べものをさわる前とさわった後にはよく手を洗う！
- 生のお肉をつかむお箸やトングは、できた料理をお口に運ぶときには使わない！
- 生のお肉を切った包丁やまな板は洗剤でしっかり洗う！
- 火を通さないで食べるもの(サラダなど)は、お肉と分けて調理する。

お肉は しっかり火を通して 食べること!!

ひとことメモ

お肉の中までしっかり火が通った目安は、お肉の色がすっかり変わることです。

お肉で食中毒にならないようにするには、どうしたらいいの？



お肉についている病原体は熱に弱い。だから焼いたり煮たりして、お肉の中までしっかり火を通せばいいのよ。



病原体は熱でやっつけられるんだね！



お肉についている病原体がほかの食べものにつかないようにすることも大事よ。

