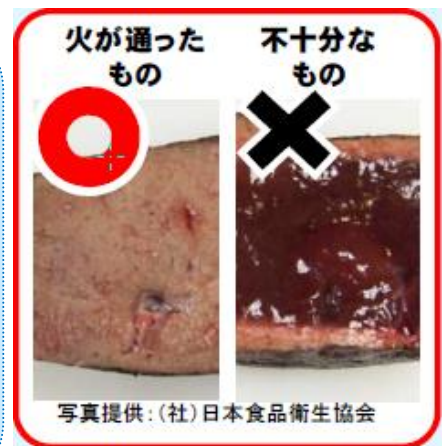


## 《加熱調理を前提とする食品は、 中心部まで十分加熱しましょう》

食肉調理品（特にメンチカツやハンバーグ等、挽肉を使用した製品）であって、未加熱の状態の販売されているものは、その製品特性上、内部にまで食中毒の原因となる菌等が残存するおそれがあります。調理の際は、中心部の色が変わるまで十分に加熱しましょう。

### ●調理のポイント

- 十分に火が通り、中心部の色が変わるまで、加熱しましょう。
- 中心部が75℃の状態です1分間以上加熱すれば、腸管出血性大腸菌などの病原微生物は死滅します。
- 未加熱の食肉調理品を触った後は、よく手を洗いましょう。
- 加熱前後で器具（菜箸、トング等）や食器を使い分けるか、又は、その都度、洗浄・殺菌して使用しましょう。
- カツ類・フライ類等、衣が付いた製品についても同様です。



## 《パッケージの表示をしっかりと確認しましょう》

年末となり食品の流通量が増加します。食品を購入する際は、パッケージ表示をしっかりと確認し、冷蔵・冷凍が必要な食品は帰宅後すぐに冷蔵庫等に入れ、室温に放置しないようにする等、保存方法を守り、期限内に消費しましょう。

### ●食品表示をしっかりと理解しましょう



名 称：□□□□□□□□  
原材料名：□□□□□□□□  
内 容 量：○○○g  
賞味期限：○○○○/△△/××  
保存方法：□□□□□□□□  
製 造 者：△△株式会社  
：○○県○○市・・・

表示事項のうち次の3つは、特に注意して確認しましょう！

- ・アレルギー表示
- ・期限表示（賞味期限/消費期限）
- ・保存方法

## ●アレルギー表示をしっかりと理解しましょう

アレルギー表示対象品目には、必ず表示される7品目（特定原材料）と、表示が推奨されている20品目（特定原材料に準ずるもの）があります。

表示	用語	名称
義務づけ	特定原材料	卵、乳、小麦、落花生、えび、そば、かに
推奨	特定原材料に準ずるもの	いくら、キウイフルーツ、くるみ、大豆、バナナ、やまいも、カシューナッツ、もも、ごま、さば、さけ、いか、鶏肉、りんご、まつたけ、あわび、オレンジ、牛肉、ゼラチン、豚肉

### どら焼きの表示例



名称       どら焼  
 原材料名  小豆、**小麦粉**、**卵**、砂糖、ぶどう糖、  
             はちみつ、植物油脂（**大豆**を含む）、  
             **牛乳**、塩、寒天  
 添加物     乳化剤、膨脹剤、香料  
             （～以下省略～）

**特定原材料**

**特定原材料  
に準ずるもの**

## ●食品の期限表示（賞味期限/消費期限）を正しく理解しましょう

### 賞味期限

おいしく食べることができる  
 期限です！（best-before）  
 この期限を過ぎても、すぐ食べら  
 れないということではありません。

【どんな食品？】

スナック菓子、カップめん、缶詰など

（定義）

定められた方法により保存した場合において、期待されるすべての品質の保持が十分に可能であると認められる期限を示す年月日をいう。ただし、当該期限を超えた場合であっても、これらの品質が保持されていることがあるものとする。

### 消費期限

期限を過ぎたら食べない方が  
 良いんです！（use-by date）

【どんな食品？】

弁当、サンドイッチ、惣菜など

（定義）

定められた方法により保存した場合において、腐敗、変敗その他の品質の劣化に伴い安全性を欠くこととなるおそれがないと認められる期限を示す年月日をいう。

●いずれも包装が未開封で保存方法を守ることが前提です。

●開封後は保管温度に注意し、期限に関係なく早めに消費しましょう。

## ●内容に関するご意見・お問い合わせ先

・長野県庁健康福祉部食品・生活衛生課

（電話 026-235-7155, FAX 026-232-7288, 電子メール shokusei@pref.nagano.lg.jp）

・最寄りの保健福祉事務所（保健所）食品衛生相談窓口