

- (침수 식품) 침수되었거나 침수가 의심되는 식품은 폐기합니다.
- (채소류) 샐러드, 생채 무침 등 가열 조리하지 않는 채소를 섭취할 경우, 염소 소독액(100ppm)에서 5분 이상 담근 후 3회 이상 수돗물로 충분히 행군 다음 조리합니다.
  - 조리한 채소는 바로 섭취하도록 하고, 그렇지 못한 경우에는 바로 냉장 보관합니다.
- \* 염소 소독액 100ppm : 식품첨가물로 표기된 유효염소 4% 염소소독제를 약 400배 희석(소독제 0.1ℓ (0.5컵) + 물 40ℓ (200컵) , 100ppm)
- (과일류) 수박, 참외, 복숭아 등의 과일은 과일·채소용 세척제를 이용하여 과일 표면을 닦아내고 수돗물로 잘 행귀서 섭취합니다.
- (지하수) 약수터 등의 지하수는 끓여서 마시고, 지하수를 식품용수로 사용하는 경우, 살균소독장치가 정상 작동하는지 확인하고 사용합니다.
- (식품 보관) 곰팡이가 발생하기 쉬운 견과류, 땅콩은 밀봉하여 가급적 냉장 또는 냉동 보관하고, 곡류, 두류 등 건조 농산물은 잘 밀봉하여 건조한 곳에 보관합니다.
- (정전 시) 침수 등으로 정전 시에는 냉장·냉동을 최대한 유지하도록 냉장고 문을 자주 열지 말고, 정전이 길어져 식품의 변질이 의심되는 경우는 폐기합니다.
- (개인 위생) 화장실 이용 후 손씻기 등 개인 위생관리를 철저히 합니다.
- (공통) 조리한 음식은 2시간 이내에 먹는 것이 좋고, 보관할 때는 냉장·냉동해야 하며, 남은 음식이나 즉석식품을 섭취하기 전에는 충분한 온도에서 재가열한 후 섭취합니다.



국민 안전이 기준입니다

여름철

# 식중독 예방 캠페인 VI



## 장마철 식중독 주의요령

습도가 높아 곰팡이와 세균이 쉽게 번식될 수 있어 세척·소독 철저

호우 시, 범람된 물이  
닿은 식재료 사용금지가급적 생식제공 자제,  
익힌 음식 제공냄새·상태가 좋지 않은  
음식은 무조건 버리기채소류는 3회 이상  
세척·소독하기칼, 도마 등 조리도구  
끓이거나 소독하기싱크대, 조리시설  
세척·소독 철저



국민 안전이 기준입니다

안전한  
식생활 365  
식품의약품안전처가  
함께합니다

“혹인 하셨나요?”



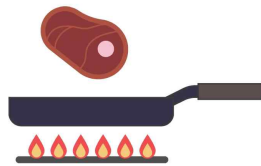
## 식중독 예방 6대 수칙

### 손 씻기



**1** 흐르는 물에 비누로  
30초 이상 씻기

### 익혀먹기



**2** 육류 중심온도 75°C  
(어패류는 85°C)  
1분 이상 익히기

### 끓여먹기



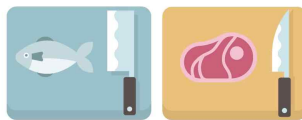
**3** 물은 끓여서 마시기

### 세척·소독하기



**4** 식재료·조리기구는  
깨끗이 세척·소독하기

### 구분 사용하기



**5** 날음식과 조리음식 구분  
칼·도마 구분 사용

### 보관온도 지키기



**6** 냉장식품은 5°C 이하,  
냉동식품은 -18°C 이하