



# 서림 위생 교육 통신

전북 부안군 부안읍 용암로 70-5

<http://seorim.hs.kr/>

교무실 902-7710, 식생활관 070-4713-7101

푸른꿈 · 좋은배움  
바른 삶

## <식중독 예방법>

일 잘하는 집부터 편안한 국민

# 8월 식중독 주의 정보

## 휴가철 식중독 예방



본격적인 여름 휴가철을 맞아 야외활동이 증가하고, 폭염이 지속됨에 따라 식중독균이 쉽게 증식할 수 있어 음식물 취급에 각별한 주의가 필요합니다. 식중독 없는 휴가를 즐기기를 위한 **식중독 예방요령**에 대해 알아봅시다.

### Q 하절기 휴가철 식중독 예방 요령

#### STEP 1. 올바른 손 씻기

- 식사 전, 조리 전·후, 화장실 출입 후 흐르는 물에 30초 이상 손 씻기



#### STEP 2. 위생적으로 조리하기

- 1 과일·채소류는 흐르는 물에 3회 이상 깨끗이 씻기  
\* 계곡물에 담가 놓을 경우 미생물 오염 등의 우려가 있어 피하고, 반드시 수돗물로 깨끗이 세척하여 섭취!
- 2 칼·도마는 채소류·육류 구분하기  
\* 사용 전·후 깨끗이 세척
- 3 육류는 충분히 익혀 먹기(중심온도 75°C, 1분 이상)



#### STEP 3. 구분해서 담기

- 찬 음식과 따뜻한 음식은 구분 · 보관하기

#### STEP 4. 아이스박스 보관·운반

- 조리된 음식은 보냉백·아이스팩 이용해 차갑게 보관 및 운반  
\* 자동차 트렁크나 차량 내부에 음식물 보관 금지
- 생고기는 교차 오염 방지를 위해 이중포장 후 가장 아래 칸 보관



#### STEP 5. 조리식품 빠른 시간 내 섭취하기

- 조리 후 2시간 이내 섭취 권고  
\* 야외에서는 조리후 가급적 바로 섭취



### Q 휴가철 장보기 주의사항

- 식중독 예방을 위한 꼭꼭한 정보기 (식품 구매는 60분 이내)

1 쌀, 통조림 등 냉장이 필요없는 제품 ▶ 2 과일, 채소 ▶ 3 햄, 요구르트 등 냉장 가공식품 ▶ 4 육류 ▶ 5 어패류

### Q 식중독 발생지역 현황 (5년('18-22년) 8월 통계)



### Q 식중독 원인균 현황 (5년('18-22년) 8월 통계)



### Q 식중독 발생시설 현황 (5년('18-22년) 8월 통계)

