



よく洗

生野菜

生野菜には 食中毒を引き起こす菌が ついていることがあります  
 食べる前によく洗い 食中毒をふせぎましょう

いましよ

流水を使う

葉がかさなるところや  
 へたのまわり、凸凹などは  
 特に気をつけましょう

ザルやボウルを使う

野菜がシンクにふれないよう  
 清潔なザルやボウルを  
 使いましょう

こんな方法もあります

消毒液を使う

食品用のものを選び  
 説明書をよく読んで  
 使いましょう

お湯を使う

きゅうりは熱湯に5秒つけると  
 よごれや菌がよく落ちます

\*出典 東京都北区保健所  
 おすすめの生野菜の洗浄消毒方法



もっとくわしく  
 生野菜を安全で  
 おいしく食べるために  
 (農林水産省)



コバトン&さいたまっち

コバトン食の安心情報 令和6年 7月号

埼玉県保健医療部 食品安全課 総務・安全推進担当  
 ☎ 048-830-3422 ✉ a3420-07@pref.saitama.lg.jp