

平成27年6月26日  
食中毒予防に関する  
意見交換会

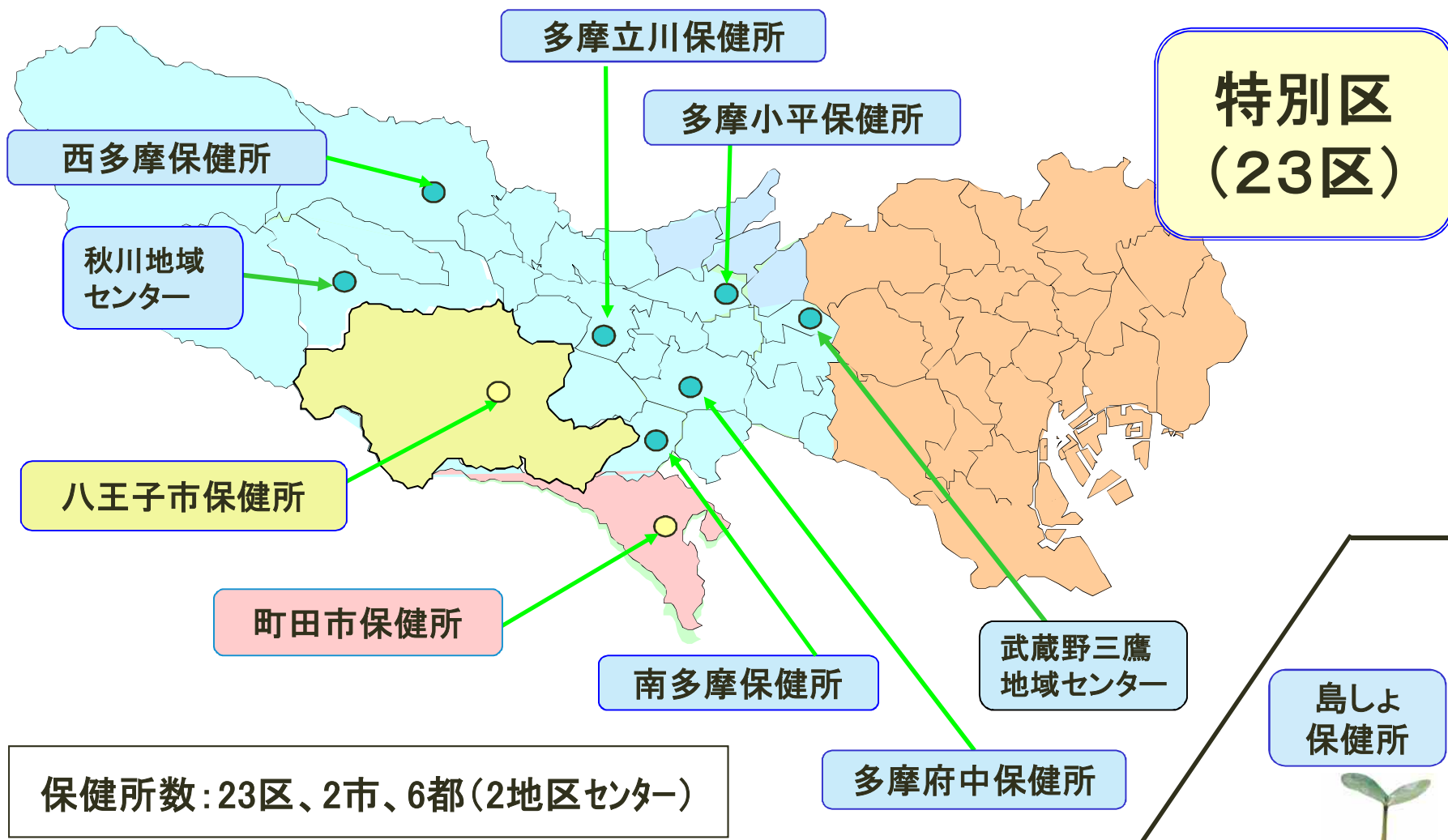
# 食中毒の予防に ついて

東京都福祉保健局 健康安全部  
食品監視課 佐々木 祐



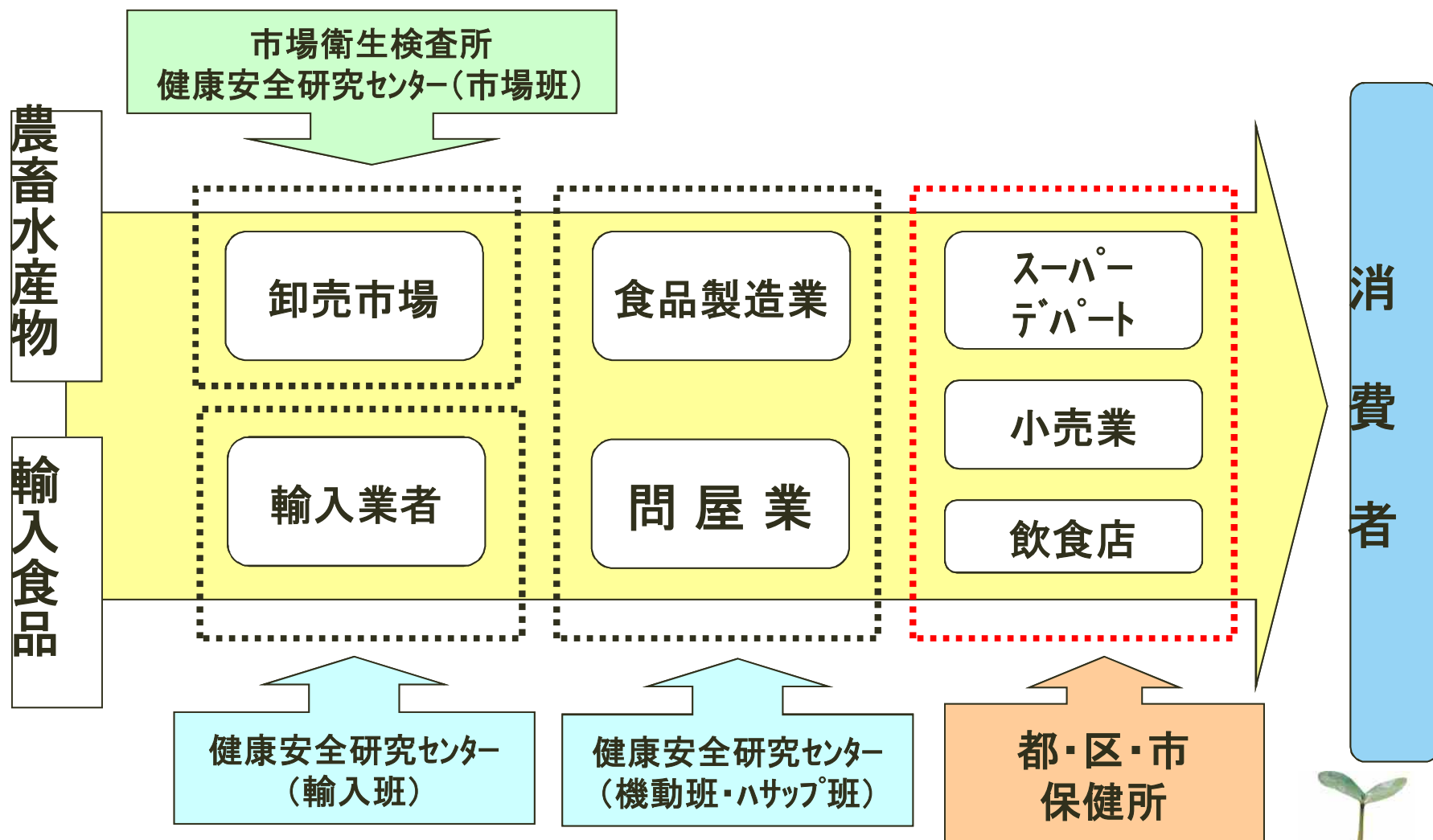


# 東京都内の保健所 (都内自治体数: 23区、26市、5町、8村)



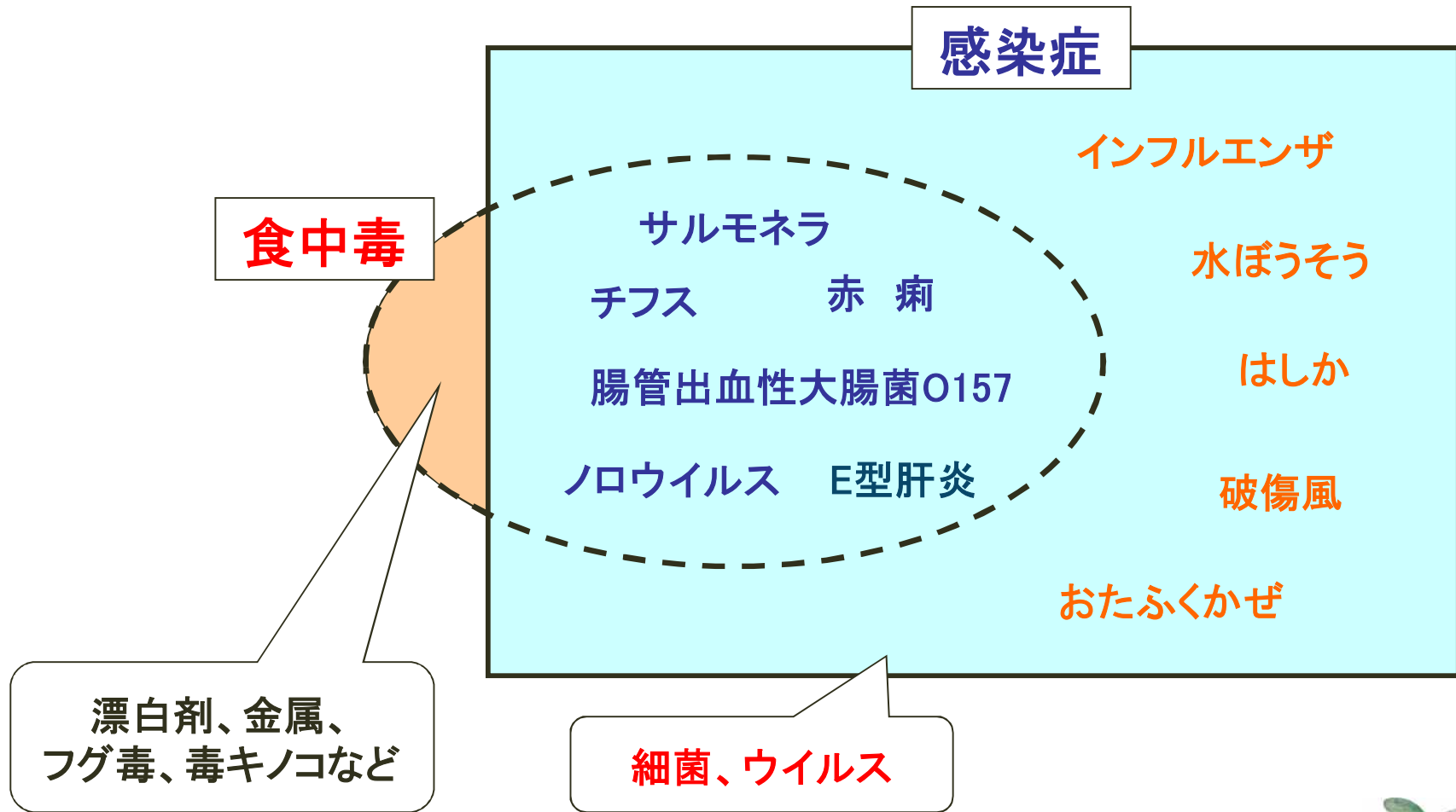


# 東京都内の食品監視体制





# 食中毒のほとんどは、微生物の食品汚染による





## 主な食中毒起因物質(1)

病因物質	潜伏期間	主な症状	主な発生原因
漂白剤	直後	のど・胃の痛み、おう吐など	誤飲など
フグ毒	直後~2時	口・舌のしびれ、知覚麻痺、言語障害、呼吸麻痺	素人鑑別による誤食など
ヒスタミン	直後~2時	じんましん、顔面紅潮、おう吐など	カ、イツの加工品など
重金属（銅など）	直後~2時	おう吐、下痢、腹痛、けいれんなど	素人料理、誤食など
毒キノコ	10分~15時	おう吐、下痢、しびれ、幻覚、こん睡など	素人鑑別による誤食など
黄色ブドウ球菌	1~5時	おう吐、腹痛、下痢	おにぎりなど
アニサキス	8時以内	腹痛（激痛）、吐き気、おう吐	カ、メヅマグロ、缶の刺身など



## 主な食中毒起因物質(2)

病因物質	潜伏期間	主な症状	主な発生原因
ウェルシュ菌	6~18時	下痢(軟)、腹痛	カレー、スープ、煮物
サルモネラ	8~72時	下痢、腹痛、高熱、おう吐	生卵、鶏肉料理など
腸炎ビブリオ	8~24時	腹痛、下痢、おう吐、発熱	刺身、寿司など
下痢原性大腸菌	12~72時	下痢、腹痛、発熱	水、ヒトなど
ノロウイルス	24~48時	おう吐、腹痛、下痢、発熱	生カキ、ヒトなど
腸管出血性大腸菌	1~14日	下痢(水様、血)、発熱、HUS	生肉、ヒトなど
カンピロバクター	2~5日	下痢(血便も)、高熱、腹痛	鳥刺し、焼鳥など
A型肝炎	2~6週	発熱、肝機能障害、黄疸	魚介類、ヒトなど
E型肝炎	2~9週	高熱、腹痛、肝機能障害	豚肉、野生動物など



# 食中毒の 現状と対策



## 食中毒の発生状況

※()内の数字は死者数

	平成26年	平成25年	平成24年	平成23年
全 国	976件 19,355名 (2名)	931件 20,802名 (1名)	1,100件 26,699名 (11名)	1,062件 21,616名 (11名)

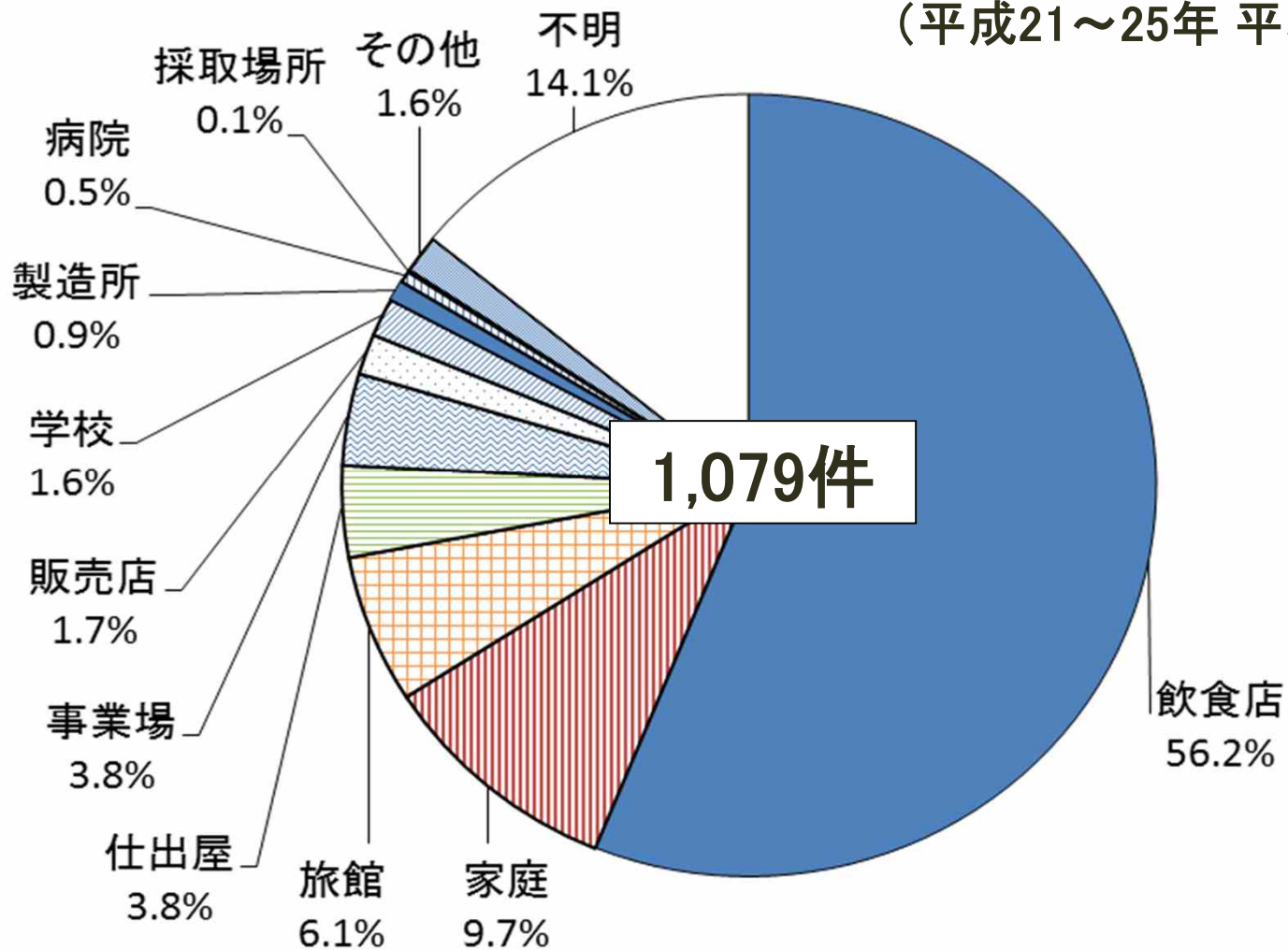
	平成26年	平成25年	平成24年	平成23年
東京都	103件 1,096名	87件 1,324名	142件 2103名	133件 1515名





## 原因施設別の食中毒発生状況

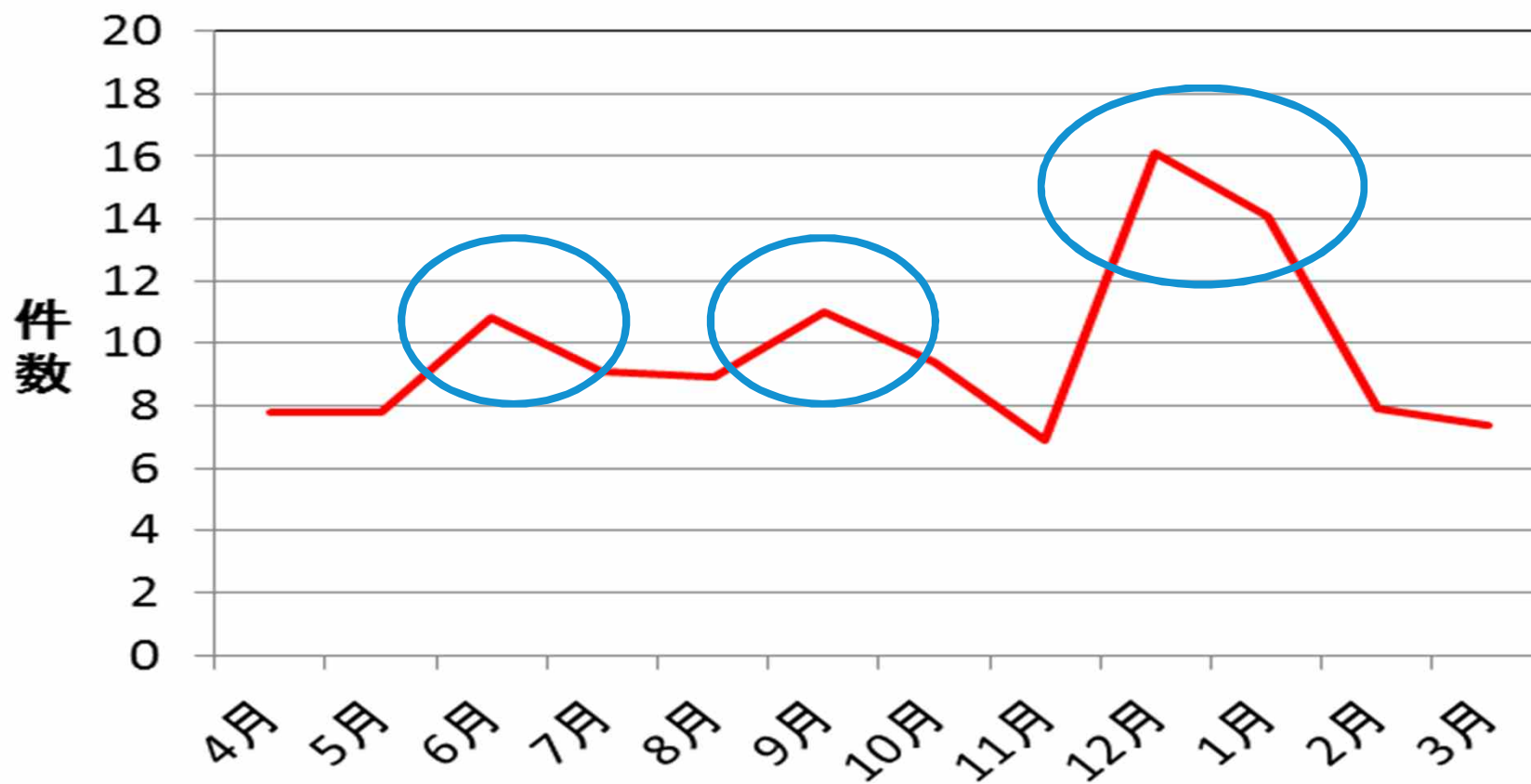
(平成21～25年 平均／全国)





## 月別食中毒発生状況(2)

平成17年4月-26年3月平均／東京都

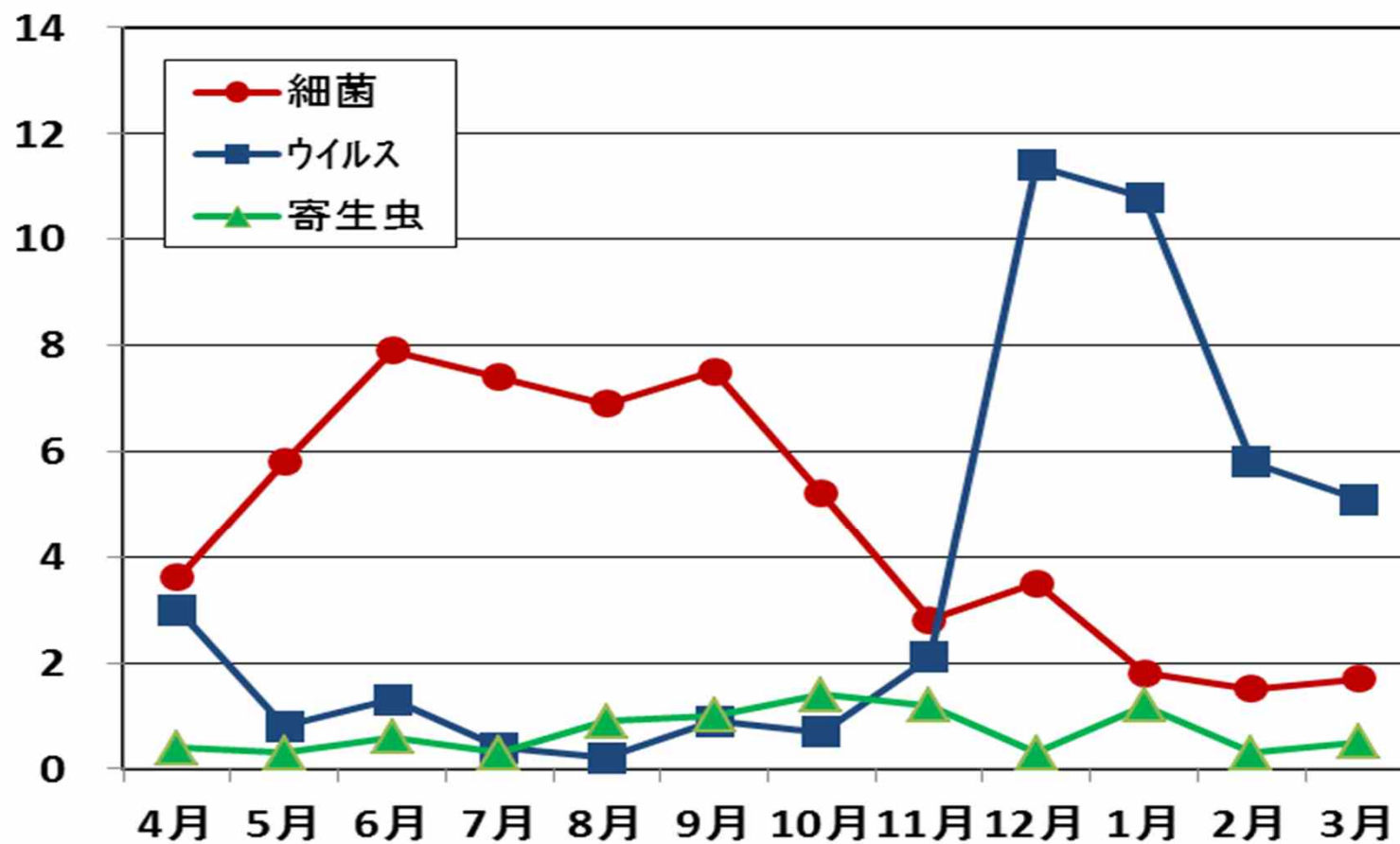




# 食中毒原因物質の月別推移

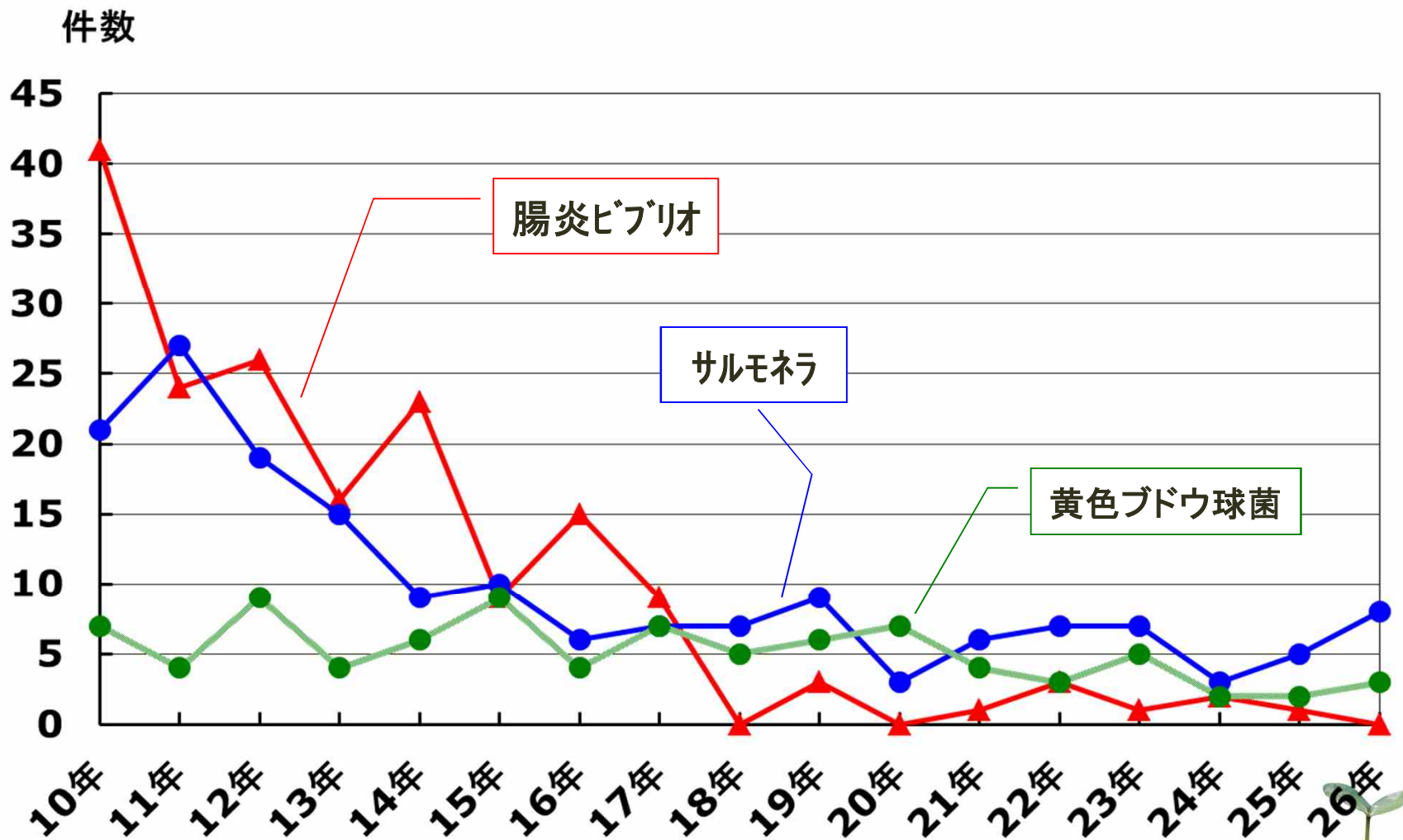
(東京都／平成17年4月～平成27年3月平均)

件数(平均)



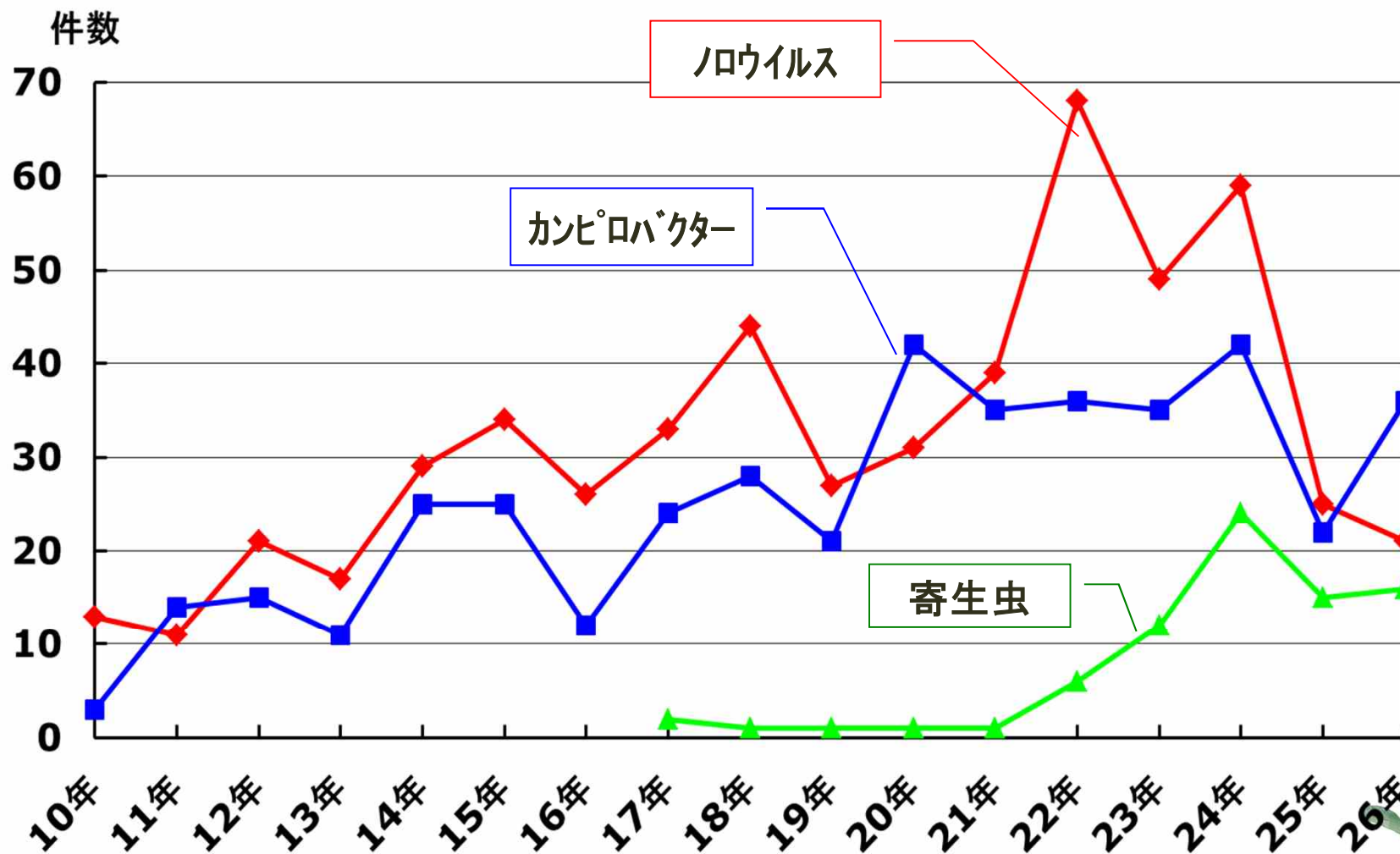


# 病因物質別食中毒発生状況(1) (東京都)





## 病因物質別食中毒発生状況(2) (東京都)



大量に増殖することで発症に至る！



## 主な病原体の発症菌量

病原体	発症菌量
ブドウ球菌、セレウス菌、 ボツリヌス菌、ウエルシュ菌	10万以上
腸炎ビブリオ	1万以上
サルモネラ	100~10,000
カンピロバクター	100~
腸管出血性大腸菌	10~100
ノロウイルス	100以下

②健康保菌者になる場合あり！

①少量でも、発症する！



# 食中毒予防の3原則



病原体をつけない  
(手洗い・調理器具の洗浄)

病原体をやっつける  
(加熱調理)

病原体をふやさない  
(食品の温度管理)





## 食材と食中毒危害要因の例

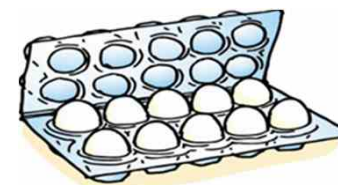
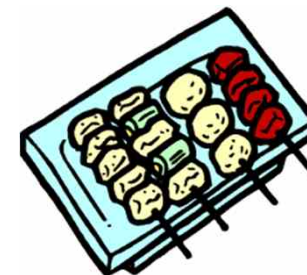
食材		主な危害物質	原因となりうるメニュー
かき		ノロウイルス	〔生〕 酢かき 〔加熱〕 カキフライ、かき鍋
食 肉 ( 内 臓 含 む )	牛	・腸管出血性大腸菌 ・カンピロバクター	〔生〕 牛刺し、ユッケ、 <b>レバ刺し(禁止)</b> 〔加熱〕 焼肉、ハンバーグ、サイロステーキ
	鳥	・カンピロバクター ・サルモネラ	〔生〕 鳥刺し、ササミ湯引き 〔加熱〕 焼鳥、唐揚げ、バーベキュー
	豚	・E型肝炎ウイルス ・サルモネラ ・カンピロバクター ・寄生虫	<b>〔生〕 豚刺し、レバ刺し(禁止)</b> 〔加熱〕 焼肉、レバー焼き、バーベキュー
鶏卵		サルモネラ	〔生〕 自家製マヨネーズ 〔加熱〕 オムレツ、卵焼き





## カンピロバクター、サルモネラ、腸管出血性大腸菌の食中毒予防

- ① 正しい手洗いの励行
- ② 調理器具の洗浄、消毒、乾燥
- ③ サラダ等への汚染防止
- ④ 食品の適正な温度管理
- ⑤ 食肉等の十分な加熱調理
- ⑥ 肉の生食は避ける。
- ⑦ 焼肉は、「焼くはし」と「食べるはし」を区別する。
- ⑧ 卵を生で食べる場合は、賞味期限内に
- ⑨ 卵の割り置きはしない
- ⑩ ペットからの感染にも注意



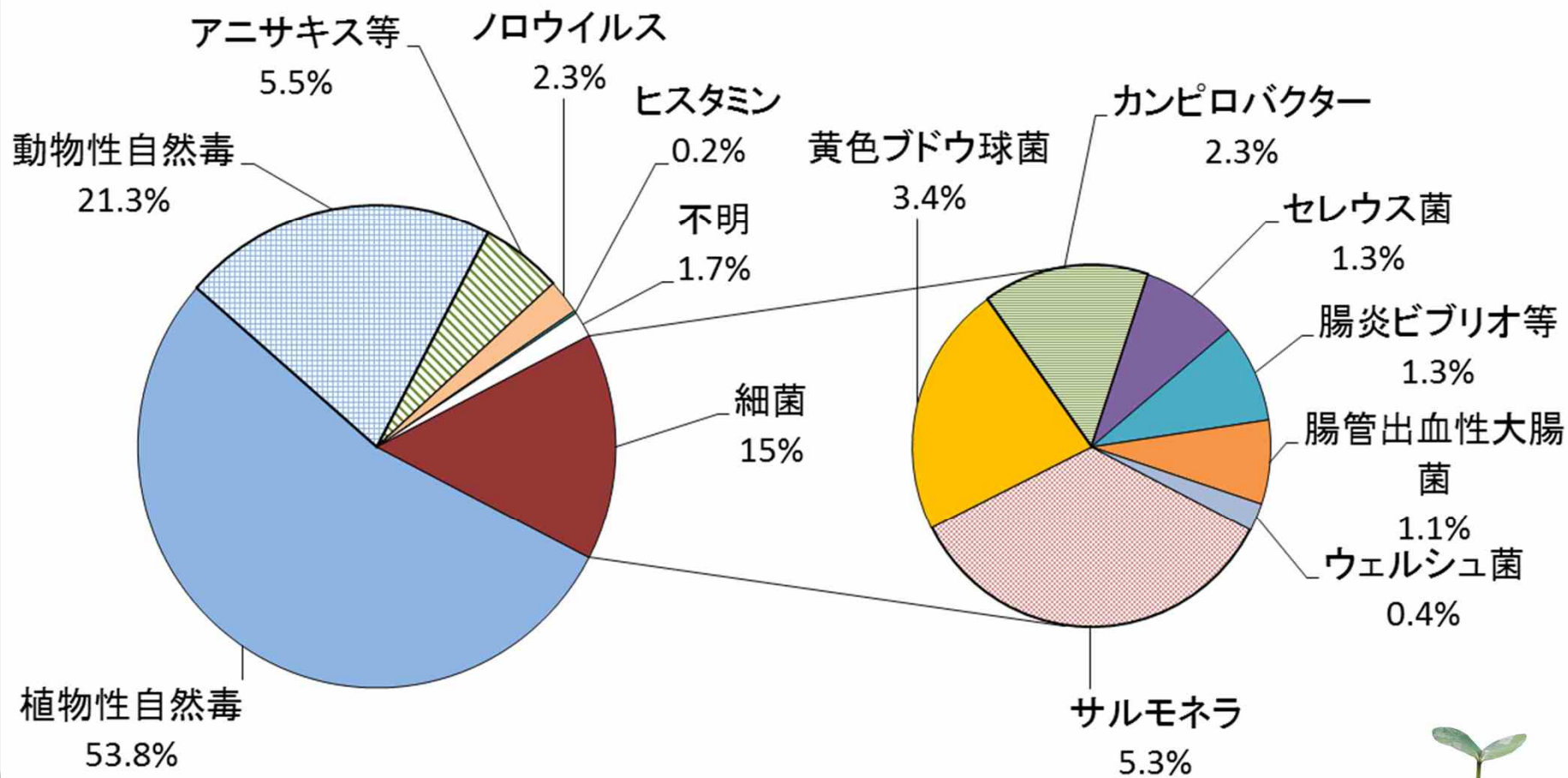


# 家庭における 食中毒予防



# 家庭における食中毒の発生要因

(平成21～25年 平均105件／全国)





## 家庭における食中毒の防止対策(6つのポイント)

① 食品の購入

② 家庭での保存

③ 下準備

④ 調理

⑤ 食事

⑥ 残った食品





## 家庭における食中毒予防 ～ ①食品の購入～

- ※ 生鮮食品は、新鮮なものを購入しましょう。
- ※ 消費期限などを確認して、購入しましょう。
- ◆ 肉汁(ドリップ)や水分が漏れないよう、食品毎にビニール袋に分けて入れましょう。
- 要冷蔵・要冷凍の食品は、最後に購入して、まっすぐ帰宅しましょう。

### <凡例>

- ◆ につけない
- ふやさない
- ★ やっつける





## 家庭における食中毒予防 ～②家庭での保存～

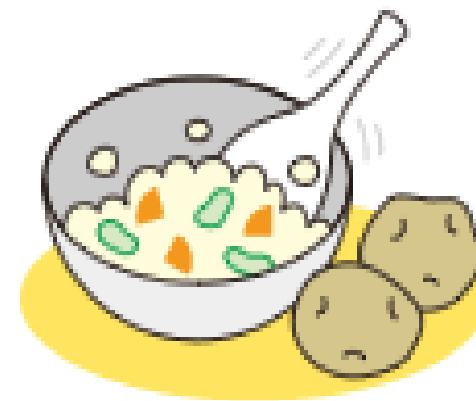
- 要冷蔵・要冷凍の食品は、帰宅後すぐに冷蔵庫・冷凍庫に入れましょう。
- 冷蔵庫や冷凍庫の詰めすぎに注意しましょう。
  - ※ 目安は7割程度までです。
  - ※ 冷蔵庫は10℃以下、冷凍庫は-15℃以下
- ◆ 肉や魚はビニール袋などに入れ、肉汁が他の食品にかからないようにしましょう。
- ◆ 肉や魚などを取り扱うときは、その前後に必ず手を洗いましょう。





## 家庭における食中毒予防 ～ ③下準備 ～

- ◆ 整理・整頓された清潔な台所で行いましょう
- ◆ 適時、適切に手洗いを行いましょう。
- ◆ 生の肉や魚を取り扱った、包丁、まな板などの調理器具は、洗浄、殺菌しましょう。
- ◆ 野菜もよく洗いましょう。
- 冷凍した食品を解凍する場合は、必要な分だけ解凍し、室温解凍は避けましょう。



※ 井戸水を使用している家庭では、水質に十分注意してください。





## 家庭における食中毒予防 ～ ④調理 ～

- ◆ 調理を始める前に、手を洗いましょう。
  - ・下準備でキッチンが汚れていませんか、ふきんなどは乾いた清潔なものと交換しましょう。

★ 加熱して調理する食品は、十分に加熱しましょう。

- やむを得ず調理を途中でやめるときは、食品を冷蔵庫で保管し、再び調理する時に、十分加熱しましょう。







## 家庭における食中毒予防 ～ ⑤食 事 ～

- ◆ 料理の盛付けは、清潔な手で、清潔な器具を使い、清潔な食器に盛り付けましょう。
- 食材や調理後の料理は、室温に長く放置しないようにしましょう。
- ◆ 食事の前に、手を洗いましょう。





## 家庭における食中毒予防 ～ ⑥残った食品 ～

- ◆ 手を洗いましょう。
- ◆ 残った食品は、清潔な器具で、清潔な容器に保存します。
- 残った食品は早く冷えるよう、浅い容器に小分けして、保存しましょう。
- ★ 温めなおす時も、十分に加熱しましょう。  
(汁ものは、沸騰するまで加熱しましょう。)



※ 少しでも「怪しい」と思ったら、捨てましょう。

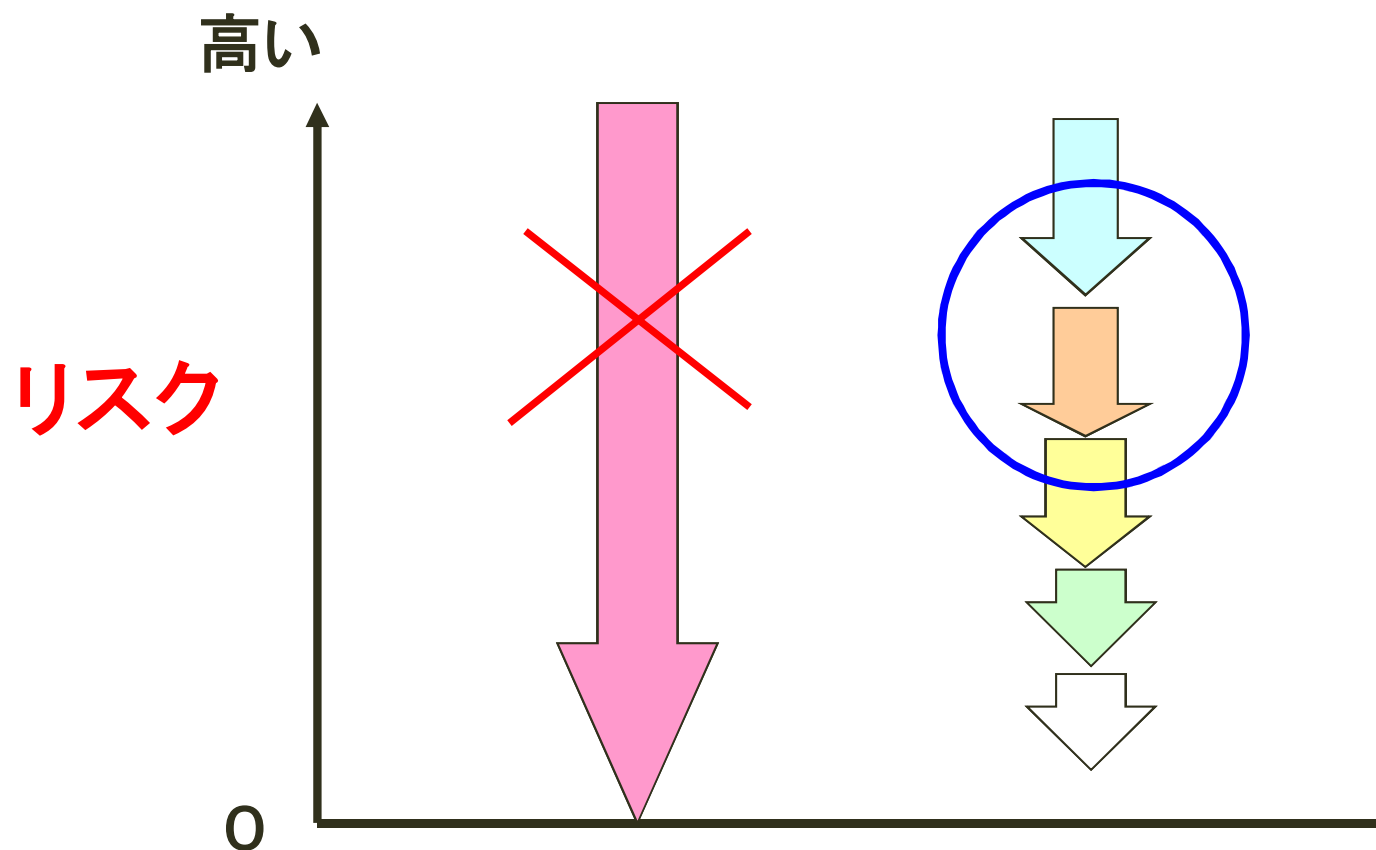




おわりに

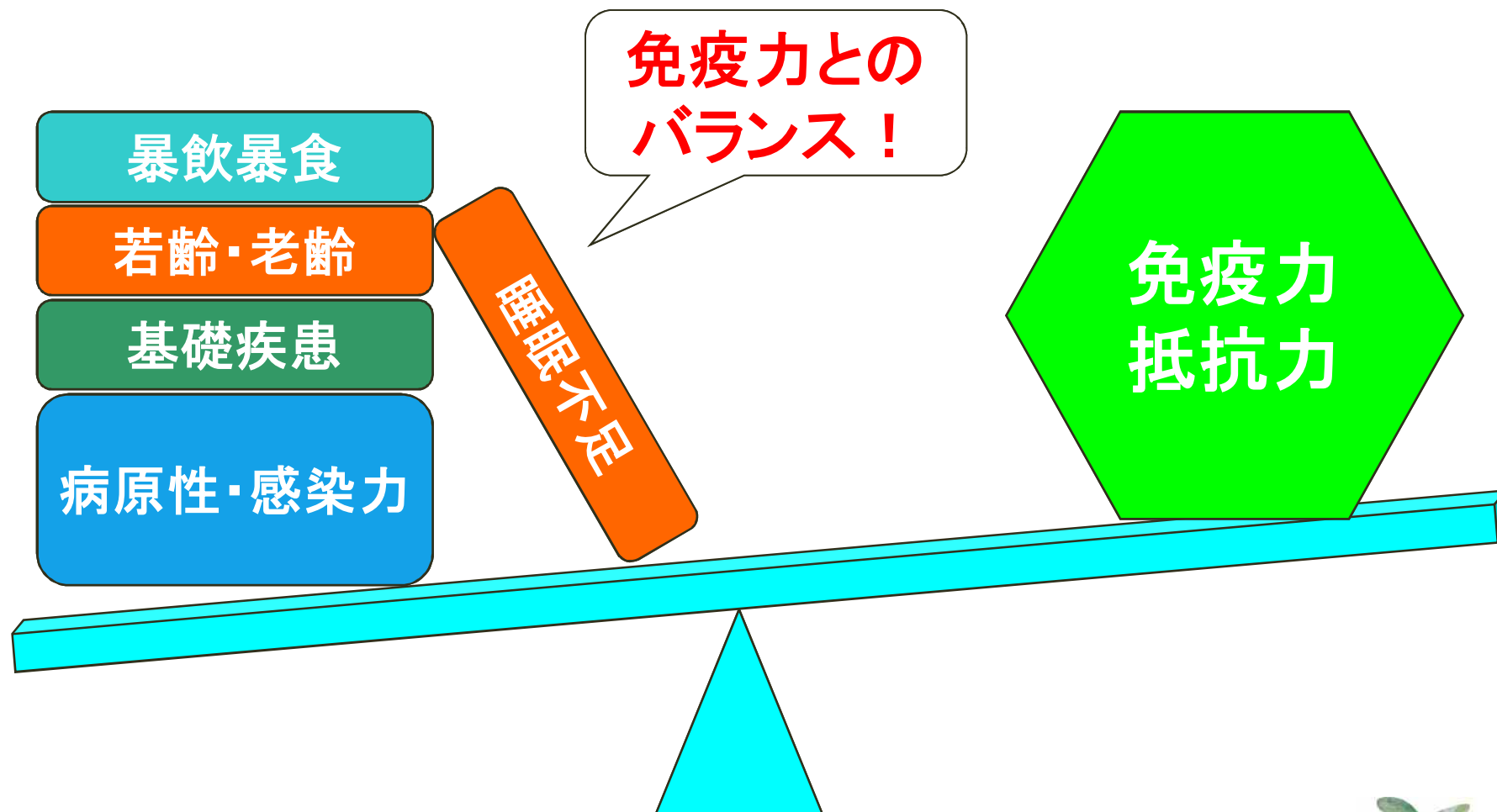


# リスクをさげる方策





## 日常の体調管理も重要です





## 東京都における食の安全リスクコミュニケーションの取組み

- 東京都、特別区、八王子市、町田市  
ホームページ、パンフレット等による食の安全に関する情報の提供

- 「食品安全情報評価委員会」による情報の分析・評価、施策等への反映

### 【情報の収集】

都民情報

学術情報

行政情報

海外情報

マスコミ情報

### 【情報の整理・集約】

### 【情報の分析・評価】



「評価委員会」における検討

### 【個別の施策への反映】

- ・重点監視、モニタリング、情報収集の強化
- ・国、業界への働きかけ

### 【リスクコミュニケーションへの反映】

#### 都民フォーラム

- ・食の安全都民フォーラム(パネルディスカッション)
- ・食の安全調査隊(グループワーク、施設見学等)
- ・都民講座(グループワーク)

#### ホームページサイト

食の安全FAQ、食の安心パトロール、健康食品ナビ

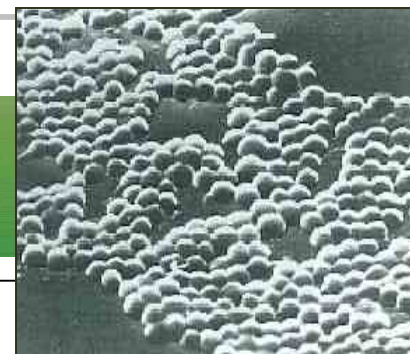
#### ポスター、リーフレット等の配布



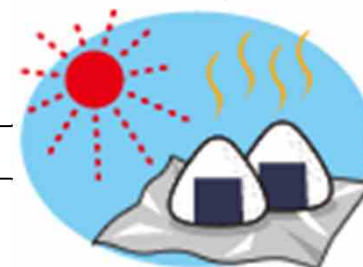
## 參考資料



## 黄色ブドウ球菌による食中毒の予防



- ＜特 徴＞ にきび、化膿創、鼻の中などに存在  
増殖する時に、熱に強い毒素を産生する。
- ＜症 状＞ 潜伏期間：平均 約3時間  
はき気、おう吐、腹痛、下痢など
- ＜食 品＞ おにぎり、和菓子、弁当など



### ＜予防対策＞

- ① 正しい手洗いの励行
- ② 食品の冷蔵保存(10℃以下)
- ③ 調理の際は、帽子やマスクを着用する。
- ④ 手指に切り傷や化膿創がある場合は、直接食品に触れたり、調理をしない。

☆「おにぎり」は、ご飯をラップの上から握りましょう。



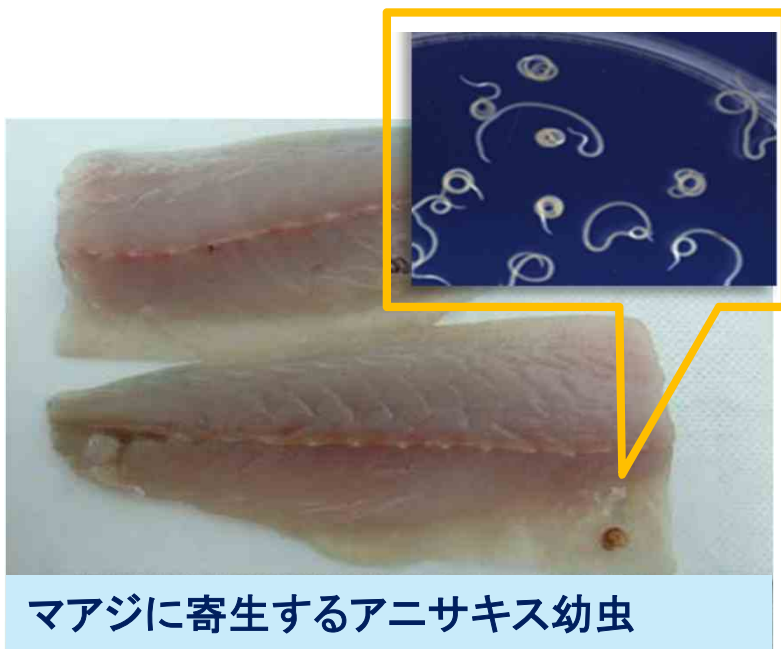


# アニサキスによる食中毒について

## 〔症状〕

食後、数時間から数日で激しい腹痛を発症する。吐き気、おう吐、じんましんなどを伴うこともある。

アニサキスが寄生する魚介類の例  
サバ、サケ、ニシン、サンマ、アジ、スルメイカ、ホッケ、サワラ、キンメダイ、メジマグロ、アイナメなど



マアジに寄生するアニサキス幼虫

- ・加熱する。(70℃以上で、瞬時に死滅)
- ・冷凍する。(-20℃、24時間以上)  
(料理で使う程度の塩・わさび・酢では、死滅しない。)
- ・新鮮なものを選び、速やかに内臓を取り除く。  
(鮮度が落ちると、内臓から筋肉に移動する。)
- ・内臓を食べない。
- ・目視確認を徹底し、アニサキスを除去する。