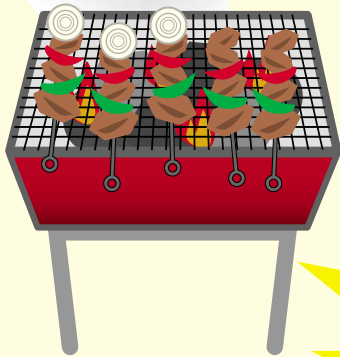
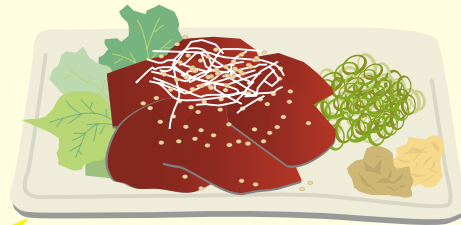


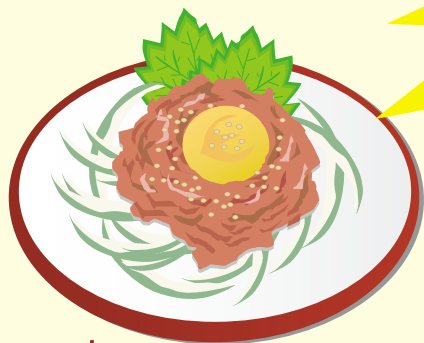
お肉の生食や 加熱不足にご注意!



バーベキュー



レバ刺し

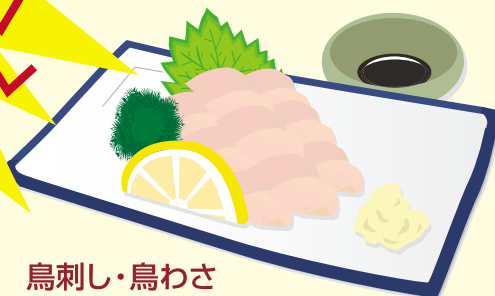


ユッケ



大丈夫?

イタイよ〜っ!!



鳥刺し・鳥わさ

ユッケ、レバ刺しや鳥刺し、鳥わさなどのお肉の生食や、焼肉、バーベキューなどのお肉の加熱不足によるO157、カンピロバクター食中毒が発生しています。

特に、小さいお子様、ご高齢の方、抵抗力の弱い方などでは、食中毒の症状が重症化してしまうことがあります。

お肉の生食は避け、十分に加熱してお召し上がりください。

また、お肉を焼くときの取り箸、トングなどは専用のものを使いましょう。

東京都福祉保健局

食中毒に関するお問い合わせは
お近くの保健所へ

知っていますか?

腸管出血性大腸菌O157食中毒

O157は、牛の腸管などにいる菌で、ベロ毒素と呼ばれる毒素をつくり食中毒を起こします。



●主な症状

激しい腹痛、下痢(水様、鮮血便)。

また、溶血性尿毒症症候群(HUS)や、脳障害を併発することがあり、重症の場合は死亡することもある。

●潜伏期間

1日～2週間(平均3～5日)

●主な原因食品

食肉(牛肉及び牛レバーなどの生食、加熱不十分なもの)、二次汚染した食品

カンピロバクター食中毒

カンピロバクターは鶏や牛などの腸管にいる菌です。菌の付着したお肉の生食等により食中毒となります。近年、発生件数が最も多い食中毒です。



●主な症状

下痢、腹痛及び発熱で、他にけん怠感、頭痛、めまい、筋肉痛。

通常、水様便であるが、粘液や血便をみることがある。

●潜伏期間

2～7日(平均2～3日)

●主な原因食品

食肉(特に鶏肉及び牛レバーなどの生食、加熱不十分なもの)、飲料水(生水)、二次汚染した食品(サラダ等)

「O157」「カンピロバクター」食中毒の予防方法

- お肉の生食は避け、十分に加熱しましょう。
- O157、カンピロバクターは、少量の菌(100個程度)で発病するため、二次汚染の防止が重要です。
 - ・手指はこまめに洗いましょう。特に、お肉を扱った手指には、O157、カンピロバクターが付着している可能性があるため、他の食材、器具にさわる前に洗いましょう。
 - ・生で食べるサラダなどは、肉料理の前に調理しましょう。
 - ・肉専用の包丁やまな板を用意し、他の食材と共用しないようにするか、お肉を扱った調理器具はすぐに洗剤で洗い、熱湯等で消毒してから他の調理に使いましょう。

生で食べることができる牛肉、馬肉等は、国が定めた生食用食肉の衛生基準に適合したものでなければなりません。