

知 っ て 防 ご う 食 中 毒 ！ ！

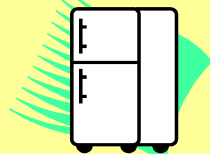
～細菌による食中毒を防止するために～

道内で発生する食中毒の約半数が、カンピロバクターやサルモネラ、腸炎ビブリオなどの細菌によるものです。細菌による食中毒は、食品関係営業者はもとより家庭でもほんの少し注意するだけで防ぐことができます。

食中毒予防の三原則



つけない(清潔)



ふやさない(迅速・冷却)



やっつける(加熱)

食品ごとに次のことに気をつけて、みんなで食中毒を防ぎましょう！！

●平成18年食中毒発生状況

平成18年は、61件(患者1,482名)の食中毒が発生しており、平成17年の発生件数27件(患者320名)を大きく上回りました。

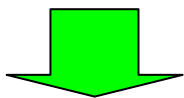
区 分	平成18年	平成17年	増 減
件 数	61	27	34
患者数	1,482	320	1,162

【食肉】

食肉には、カンピロバクターやサルモネラ、腸管出血性大腸菌O157などの食中毒菌が付着している場合があります。

カンピロバクターとは？

- 鶏や牛、豚などの動物の消化管内に存在する。
- 比較的少量の細菌で食中毒を起こす。
- 汚染された鶏肉や牛レバーなどを生や半生で食べるにより感染する。
- 熱に弱く、十分に加熱すれば死んでしまう。



食中毒を防ぐポイント！

生肉(生レバー、鶏さしみなど)は食べないようにしましょう！

肉は十分に加熱して食べましょう！

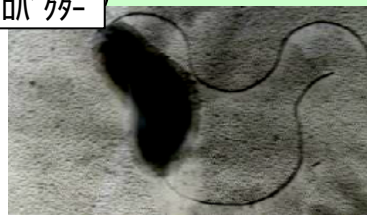
生肉を触った手や箸、まな板、包丁などは十分に洗浄・消毒しましょう！

焼き肉などをする時は、生肉を扱う器具(箸等)を別に用意しましょう！

カンピロバクターに注意！！

近年、全国的にカンピロバクターによる食中毒が増加しています。道内でも平成17年に9件、平成18年に12件の発生と、増加傾向にあります。

カンピロバクター



【魚介類】

魚介類には腸炎ビブリオが付着している場合があります。



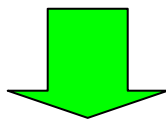
腸炎ビブリオ



腸炎ビブリオとは？

- 夏場に多く発生する食中毒である。
- 海水中に存在し、海水温が20℃を超えると盛んに増殖し、魚介類に付着する。
- 汚染された刺身や魚介類を食べることにより感染する。
- 熱に弱く、十分に加熱すれば死んでしまう。
- 真水にも弱い。

食中毒を防ぐポイント！



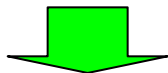
魚介類は、調理前に流水(水道水)でよく洗いましょう！
冷蔵保存(4℃以下)を徹底しましょう！
できるだけ加熱して食べましょう！
刺身を食べる場合は、調理後できるだけ早く食べましょう！



【加工食品】

ほとんどの食中毒菌は、加熱により死滅しますが、ウエルシュ菌や黄色ブドウ球菌は、加熱後も菌や毒素が残る場合があります。

加熱前、加熱後の食品の取扱いにも十分注意しましょう！



食中毒を防ぐポイント！

調理をする前には、十分に手を洗いましょう！
すぐに食べない場合は、小分けなどして速やかに冷却し保存しましょう！
あたためなおす場合は、再度中心部まで十分に加熱しましょう！
食品別に調理器具は使い分けましょう！



編集：北海道保健福祉部保健医療局
食品衛生課食品安全グループ
(011-204-5261)



ほんの少しの注意と実行で、
おいしく、たのしく、安全な
食事を！

平成19年6月