

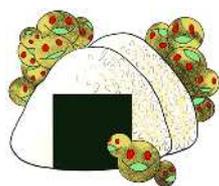
# ～まもれ！我が家の食卓～

## ～傷がある手でおにぎりを作らない～

地域の運動会で、おにぎり弁当を買って食べた参加者が、数時間後に激しいおう吐や腹痛の症状を訴えました。調査の結果、おにぎりについた黄色ブドウ球菌による食中毒であることがわかりました。

黄色ブドウ球菌は、食品中で増える際に毒素を産生します。加熱により菌は死滅しますが、毒素は熱に強く分解されません。健康な人の皮膚にも存在しており、調理者の手指に傷や湿疹があると増殖して、食品を汚染する可能性が高くなります。

手に傷などがある時は、直接素手で食品に触れないようにしましょう。普段からおにぎりを作る際はラップを使うとよいでしょう。



『菌は死んでも毒素は残る』

## ～あなたはできている？ 手洗いは予防の基本～

『手洗いは強力な防御です』

会社の忘年会で飲食店を利用した人が、翌日の夜からおう吐、下痢などの症状を訴えました。調査の結果、ノロウイルスによる食中毒でした。

原因は、ノロウイルスに感染した調理者が、手洗いが不十分なまま調理を行ったため、手指から食品が汚染されて食中毒が発生したと考えられました。

ノロウイルスに対しては、アルコールでは消毒効果が十分ではありません。10～100個程度の少量でも感染するため、石けんを使ってウイルスを手指から洗い流すことが予防のポイントです。調理前・食事前・トイレの後にはしっかりと手を洗いましょう。器具類の消毒には、塩素系の消毒剤や熱湯が有効です。



# 食中毒事件簿

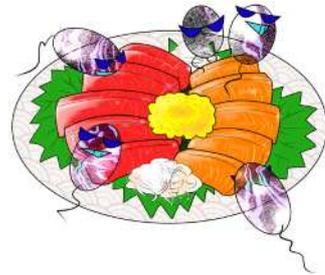
## ～驚異の増殖スピード 室温放置はダメ！～

『買った魚は寄り道  
させない！冷蔵庫へ直行！』

Aさん家族が夏の旅行から帰宅した後、腹痛や下痢の症状を訴えました。調査の結果、腸炎ビブリオによる食中毒で、旅行の帰りに飲食店で食べた刺身料理が原因でした。

腸炎ビブリオは海水に存在しており、水温が上昇すると活発になるため、夏場の魚介類には腸炎ビブリオが付着していることがあります。10℃以上になると非常に速く増えるため、低温に保つことが重要です。

魚介類を購入したら、寄り道せずすぐに帰宅し、冷蔵庫にしまいましょう。刺身などに調理したら、速やかに冷蔵し、冷蔵庫から出したら早めに食べるよう心がけてください。

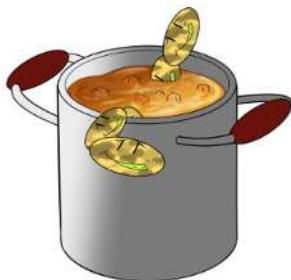


## ～加熱に強い細菌 大量調理の落とし穴～

保育園のお泊り会で、前日に作ったカレーを食べた園児や職員が、翌日、下痢や腹痛などの症状を訴えました。調査の結果、ウエルシュ菌による食中毒でした。

ウエルシュ菌は酸素が少ない状態を好み、20～50℃程度の幅広い温度で発育します。熱に強い芽胞を形成するため、加熱により他の菌が死滅しても生き残ります。大量に加熱調理した食品では、中心部は酸素が少ない状態となりやすく、また、温度が下がるまでに時間がかかることから、菌の発育しやすい環境が長く保たれることとなります。

『加熱調理したから大丈夫』という油断がこの食中毒を引き起こします。調理後はすぐに食べ切るようにし、大量に調理したものを保存する場合は、小分けして速やかに冷蔵しましょう。



『加熱しても油断禁物！  
小分けして素早く冷ます』