



食品とカビ



6月～7月の梅雨時や、9月～10月の秋の長雨時などはカビが生えやすくなります。食品にカビが生えると腐敗・変敗を起こします。また、強力なカビ毒が生じることもあります。どのようなことに気をつければ良いのでしょうか？

カビについて

○カビは

- ・キノコや酵母と同じ仲間です。
- ・自然環境の中のどこにでもいて、雨や風などで空気中に運ばれ、家の中や食品などの生活環境中に入ってきます。

○カビが増える条件

- ・適度な温度・湿度・栄養分が必要です。
- 温度と湿度が高くなる6月から7月、9月から10月の時期に室内空気中のカビの数が増えますので、食品を包装無しで放置にすることは空気中のカビが食品に付いてカビが生える原因になります。(図1)
- ・多くのカビの最適な発育温度は25℃前後です。4℃(冷蔵)では発育を完全に止めることができませんので、冷蔵庫の過信は危険です。

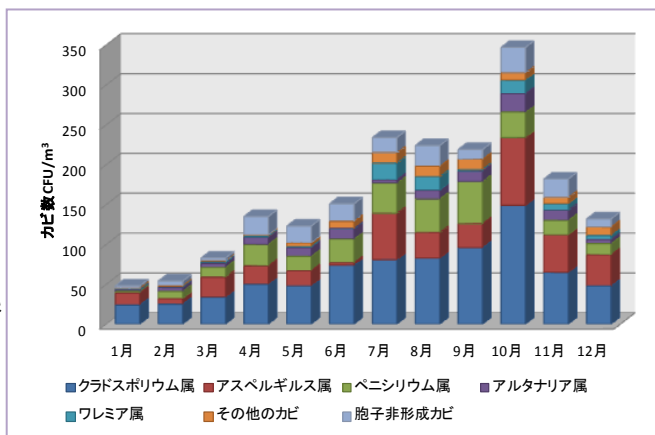
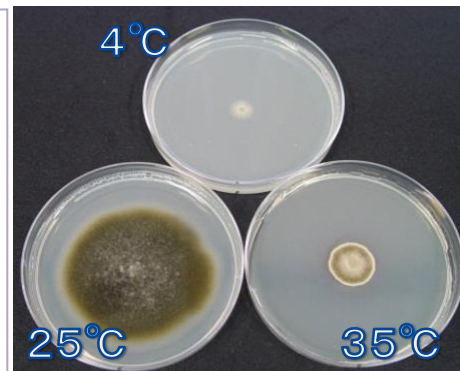


図1 室内空気中のカビ



ススカビの温度による発育の違い

カビによる害



(写真1)



(写真2)



(写真3)

○カビが生育してくることで食品が腐敗

- ・目に見えている部分のカビを取り除いても、菌糸が残っています。

○一部のカビはカビ毒を発生

- ・カビ毒は熱に強く、通常の調理過程では消えません。
- ・カビ毒の急性毒性により、健康被害をもたらすものもあります。

食品に生えてきたカビの例

- リンゴジャムに発育したカビ(写真1)
- 開封後冷蔵保管していたメープルシロップから出てきた異物(写真2)
- 茶系飲料水に発育したカビ(写真3)

わが国で規制されている食品のカビ毒

名称	対象食品	説明
アフラトキシン (B ₁ B ₂ G ₁ G ₂)	食品全般	亜熱帯～熱帯の地域で、ナッツ類や香辛料、トウモロコシなどの穀類で汚染が見られます。短期間に大量摂取すると肝臓障害を起こし、長期にわたり摂取すると強力な発ガン性があります。
デオキシニバレノール	小麦 玄麦	中緯度～高緯度の多くの穀類で汚染が見られます。短期間に大量摂取すると胃腸障害や白血球減少などが起こり、長期にわたり摂取すると免疫機能の低下が起こります。
パツリン	リンゴジュース	リンゴが傷んだ部分からカビが侵入しパツリンが作られます。低温でも湿度が高ければ発生するので、日本国内でも発生する可能性があります。

もったいないからさあ、カビだけ取ってから食べちゃダメかな？

カビの生えたものは食べない方が安全です！

