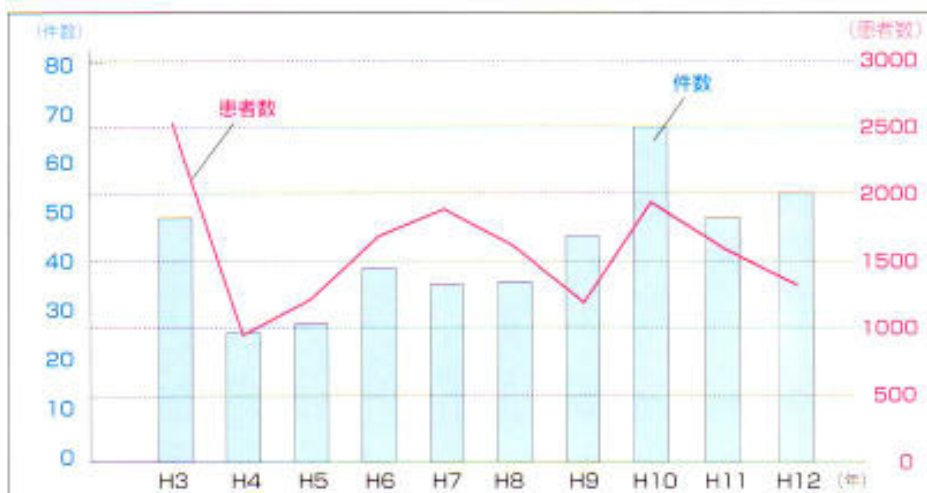


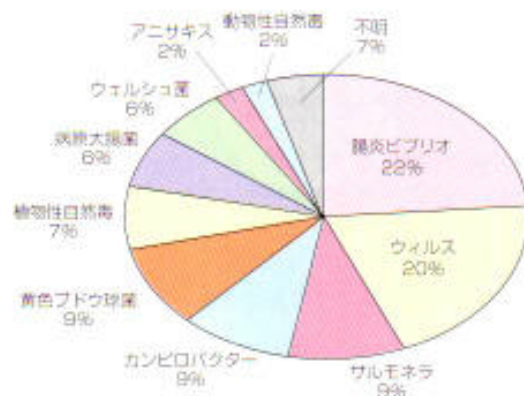
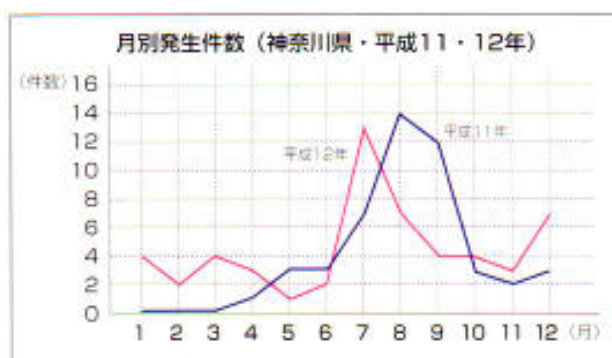
食中毒

食中毒の発生件数



月別発生件数 (平成11・12年)

食中毒菌が増えやすい夏期に発生のピークがありますが、冬期であってもウイルス等による食中毒が発生しています。



原因物質別内訳 (平成12年)

腸炎ビブリオとウイルスで全体の4割を占めています。

腸管出血性大腸菌 感染症発生状況 (平成12年)

6月に老人保健施設で87名が腸管出血性大腸菌O157に感染し、うち2名が亡くなるという集団発生事例がありました。



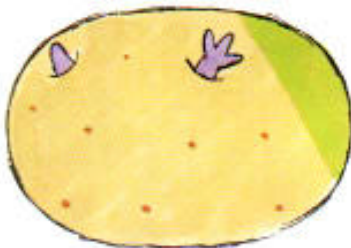
*数値は、神奈川県、横浜市、川崎市、横須賀市、相模原市のデータを集計したものです。

食中毒事故ファイル

File1 イモの緑は赤信号

小学校の理科の実習で栽培したジャガイモを収穫し、調理室でゆでて食べたところ、吐き気、腹痛、頭痛等の症状を訴える児童が続出しました。

ジャガイモは芽の部分だけでなく、緑色の部分にもソラニンという有毒成分を含んでおり、この緑色の部分を食べたことが原因でした。



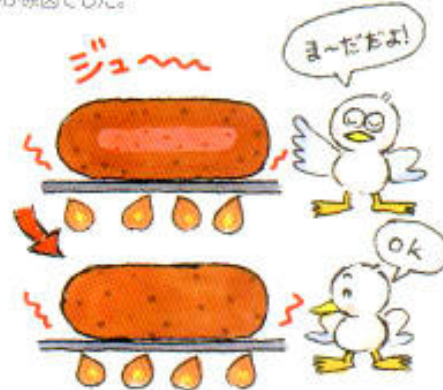
市販されているジャガイモには、ソラニンは症状が出るほど少量に含まれていません。しかし、安全のために緑色の部分は取り除いて調理してください。

また、光があたると緑色になることがあるので、箱所に保管しましょう。

File2 生焼けハンバーグでO157

レストランでハンバーグステーキを食べた人達が腸管出血性大腸菌O157に感染しました。

ハンバーグの中心まで熱が十分にとおっていなかったのが原因でした。



家でハンバーグをつくる場合はフライパンにふたをするなど、中心まで熱が十分にとおるように注意する必要があります。O157は75℃1分以上で死滅します。

File3 前日のカレーライスには要注意

青少年施設祭りで出されたカレーライスによって食中毒が発生しました。

前日の調理で生き残ったウェルシュ菌が、長時間の室温放置により増殖し、翌日の加熱が十分でなかったため事故となりました。



ウェルシュ菌は熱に強い芽胞という状態に変化し、加熱しても生き残ることがあります。調理した翌日に食べる場合は、中身を十分に冷ましてから冷蔵庫保管をし、食べる前に十分に加熱してください。

File4 ハチミツによる乳児ボツリヌス症

ハチミツを与えられていた乳児が、全身の筋力低下、哺乳力低下などで入院しました。乳児の便を検査したところボツリヌス菌が検出されました。

乳児の腸管は、ボツリヌス菌が増殖しやすい状態になっているため、ハチミツに混入していたこの菌により発症したものでした。



ハチミツにはボツリヌス菌が混入していることがあるため、1歳未満の乳児にはハチミツを与えないようにとの通知が厚生労働省から出されています。

黄色ブドウ球菌 熱でこわれにくい毒素をつくります



この菌は、食品中で増殖するときにエンテロトキシンと呼ばれる毒素をつくります。この毒素は、非常に熱に強いので、通常の加熱ではなくなり、摂取すれば食中毒を起こします。昨年発生した加工乳等を原因とした食中毒でも、原料の脱脂粉乳にこの毒素が混入していたことから、製造工程での加熱殺菌ではなくならず、それを飲んだ1万人以上の方が発症しました。

また、この菌は、化膿した傷口、鼻、爪の間などに存在し、よく洗っていない手や傷口のある手指で調理すると食品を汚染することがあります。おにぎりでの食中毒が起こりやすいことも手指からの汚染であるといえるでしょう。



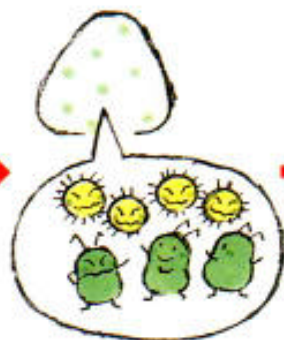
(写真提供：神奈川県衛生研究所)



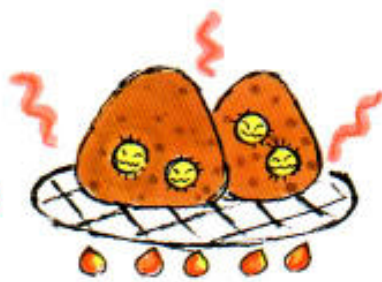
①手についた黄色ブドウ球菌



②その手でおにぎりをつくる



③おにぎりについた黄色ブドウ球菌がエンテロトキシンをつくる



④焼きおにぎりにする。黄色ブドウ球菌は死ぬがエンテロトキシンは残る

症状は？

潜伏時間が約30分～6時間と、きわめて短いのがこの菌による食中毒の特徴です。吐き気、嘔吐、腹痛が主症状で、下痢を伴うこともあります。ただし回復も早く、長くとも2～3日で治癒するのが通常です。

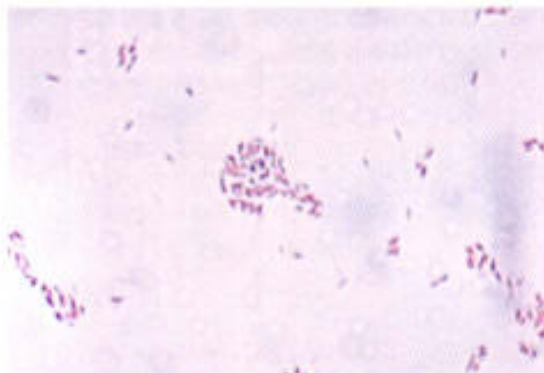
対策は？

- ①手はよく洗う。
- ②手指に傷のある時は調理しない。あるいは調理用手袋を使う。
- ③この菌は10℃以下では増殖しないので、調理品を保管するときは冷蔵庫で。

カンピロバクター 鶏や牛、豚の腸内細菌です

この菌は、鶏、ハト、豚、牛、犬など、鳥類、哺乳類の腸管に住み、食品や飲料水、時としてペットのふんなどを通じて感染します。また、数百個程度の少量の菌数でも発症することがあり、水を介した事故だと大量の患者発生につながります。貯水槽中にハトのふんが入り込んでしまったために起きた事故もありました。

特徴として、常温の空気中では長く生存できず、少量の酸素しかないような特殊な条件下（動物の腸管内など）で増殖します。



(写真提供：神奈川県食肉衛生検査所)

症状は？

潜伏期間が約2日～7日間と長いことがこの菌による食中毒の特徴です。下痢、腹痛、発熱が主症状で、時として倦怠感、めまいをとまいます。また、子供では血便を生じることもあります。ほとんどの場合1週間程度で回復します。

対策は？

- ①生肉を取り扱ったあと、手指、器具はよく洗う。
- ②生肉を取り扱うときは他の食品に触れないようにする。
- ③鳥、犬などペットに触ったときは必ず手を洗う。
- ④肉の生食を避け、加熱不足に注意する。



*生肉に触れた野菜を生規けで食べたために食中毒となったケースもあります。また、はしは、生肉用とその他用のものを使い分けましょう。

食中毒予防三原則

食中毒菌をつけない



食中毒菌を増やさない



食中毒菌を殺す



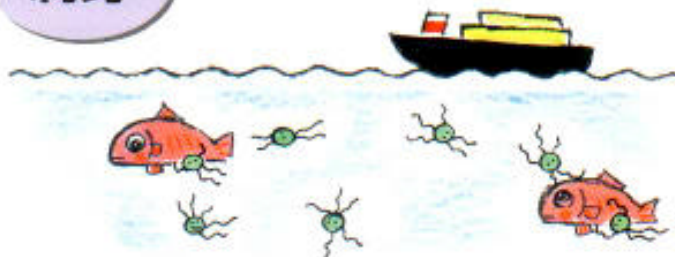
生で食べるということ

私たちは食品を加熱することによって食中毒を未然に防いでいます。しかし、私たちが食べている食品は加熱されたものばかりではありません。刺身、卵、サラダなどこの家庭の食卓にも生で食べる食品は登場してきます。

ここでは、このような生で食べる食品を原因とした食中毒とその対策を考えてみましょう。

魚介類

刺身



腸炎ビブリオという食中毒菌は、海水中に存在し、魚体にも付着することがあります。このため、とりたての新鮮な魚であっても、この菌に汚染されている可能性があります。この菌の特徴として、①短い時間で増殖する。②塩分を好む。③4℃以下では増えない。などがあげられます。

刺身を好む日本人に多い食中毒で、食中毒患者数の3割近くがこの菌によるものとなっています。

家庭でできる防止策

- ① 購入後は冷蔵庫に低温（4℃以下が望ましい）で保管する。
- ② 魚の体表は真水でよく洗う。
- ③ 刺身はその日のうちに食べる。



生ガキ

二枚貝はえさのプランクトンをとるために大量の海水をろ過しており、このため水中の病原微生物を体内に蓄積してしまいます。カキは他の二枚貝と異なり内臓まで生で食べてしまうため、食中毒の原因となることがあります。

カキによる食中毒は小型球形ウイルスによるものが多く、このウイルスは感染者の腸内で増殖し、便とともに環境中に排出され、それをまたカキが取り込むといった循環系を成立させていると考えられています。

循環系のイメージ



ウイルスを保有している場合には、加熱すること以外に有効な対策はありません。

寄生虫



アニサキス
(サケ、イカ、タラ、サバ等に寄生)

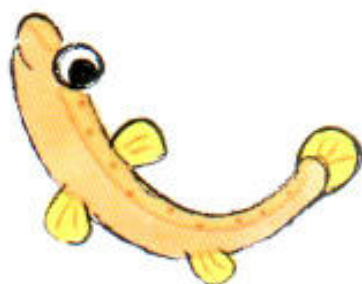
淡水産、海産を問わず、魚類には寄生虫がいることがあります。それらのすべてが人間に健康被害をおよぼすものではありませんが、生食することにより一部の寄生虫は生きたまま体内に取り込まれ、激しい腹痛を起こしたり（例：アニサキス、旋尾線虫）、消化管にそのまま寄生して種々の消化器障害を起こす（例：広節裂頭条虫、横川吸虫）ことがあります。

旋尾線虫	……………	ホタルイカ等に寄生
広節裂頭条虫（幼虫）	……………	サクラマス、サケ等に寄生
横川吸虫	……………	アユ、シラウオ等に寄生



寄生虫対策のポイント

- ①寄生の可能性の高い魚類を生食する際は一度冷凍したものを食べる。
- ②通常生で食べないような魚類の生食は避ける。



こんな寄生虫もいます！

ドジョウに寄生する顎口虫は、「どじょうの踊り食い」などによって人間の体内に入ると、皮膚内にもぐりこみ、そのまま皮下を移動する顎口虫症という特異な症状を引き起こすことがあります。

肉



動物の腸内にはサルモネラ、O157、カンピロバクターなど食中毒菌が存在することがあります。

肉は、加工処理の過程でこれらの食中毒菌に汚染されるおそれがあり、特に牛刺し、馬刺し、レバー刺しなど生肉の刺し身は、細心の注意を払って加工処理されたものでないと安心できません。

肉を生で食べるときは

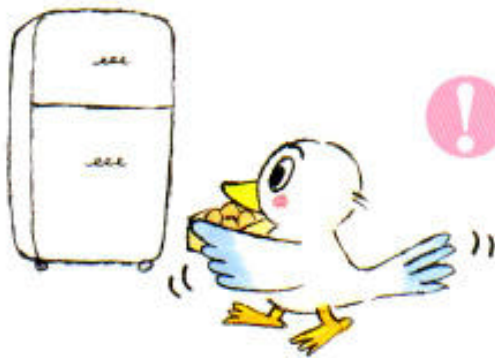
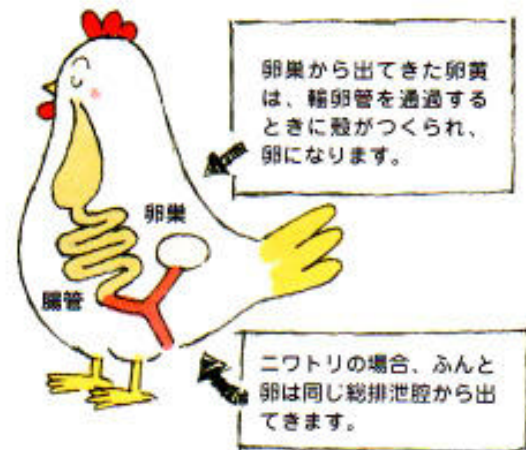
- ①生食用であることの表示があるものを選ぶ。（生食用の食肉には「生食用」であることの表示が必要となっています。）
- ②家庭内で牛タタキ、ローストビーフなどを調理する場合は、新鮮なブロック肉を選ぶ。

生で食べるということ

鶏卵

1980年代以降、サルモネラ・エンテリティディスという食中毒菌を体内に持つニワトリが現われ、世界的に卵由来のサルモネラ菌食中毒が増加しています。

また、卵の1万個に3個ぐらいの割合で内部がこの菌に汚染されているとの報告もあることから、取扱いにより一層の注意をする必要が生じています。



卵の安全な利用法

- ①家庭では冷蔵庫で保管し、品質保持期限を過ぎたら生では食べない。
- ②生卵は食べる直前に割り、また割卵して保存しない。
- ③抵抗力の弱い乳幼児、高齢者などは生食を避ける。



今までみてきたように、食材にもとから食中毒菌や寄生虫がいる場合があります。その場合、「新鮮な食材だから安全だ」とは言い切れません。

鶏卵のサルモネラ汚染、腸管出血性大腸菌O157の出現など以前の食品には無かった新たな要因も増えてきています。

このような状況をふまえ、厚生労働省も、生食用の魚介類、鶏卵、食肉などについて対策を取り始めています。

