

食品衛生ニュース No.131

もくじ

- HACCP衛生管理アプリの紹介 …… 1
- 魚介類の食中毒に注意！！ …… 2
- 鶏肉等が原因のカンピロバクター
食中毒に注意！ …… 3
- ねずみ対策をしましょう！ …… 4

発行 2026年9月2日

江東区保健所 生活衛生課

食品衛生第一・第二・第三係

TEL 03-3647-5812

<https://www.city.koto.lg.jp/fukushi/ese/shokuhin/>

* 食品衛生ニュースのバックナンバーは
ホームページに掲載しています。

HACCP衛生管理記録アプリが公開中です！

現在、原則として全ての食品関連事業者に、HACCPに沿った衛生管理の実施が義務化され、日々の営業時には衛生管理の記録が必要となっています。これに伴い、HACCPの普及及び継続的な運用を支援することを目的として、衛生管理計画や実施記録を入力できる無料アプリが厚生労働省から公開されました。

※本アプリはスマートフォン、タブレット専用となります。

～アプリの特長～

- 面倒な記録の負担を軽減
- HACCPの定着・レベルアップをより効果的にサポート
- 紙の記録簿は不要でスマホでかんたんにデータ管理が出来る
- 記録データはCSV形式で出力し、メール等で受信可能
- 記録データはアプリ内で二年間保存出来る

対象：小規模な一般飲食店事業者

内容：手引書に掲載されている衛生管理計画、実施記録および振り返りの様式に沿って記録等を作成、データのダウンロードが可能



アプリのダウンロードはこちらから



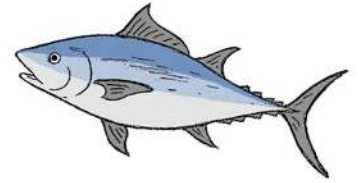
厚生労働省 「一般飲食店事業者向けHACCP衛生管理記録アプリ」

(https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000161539_00003.html)

魚介類の食中毒に注意！！

魚介類はウイルスや細菌による食中毒に加え、寄生虫やヒスタミンにも注意が必要です。
対策について再確認しておきましょう。

アニサキス（寄生虫）



特徴

体長2～3センチメートル。魚には幼虫が寄生。
カツオ、サバ、イワシ、アジ、サンマ、イカ等の内臓・筋肉に寄生します。
養殖魚にも寄生している可能性があります。

症状

喫食から数時間で激しい腹痛や嘔吐等の症状が起きます。

「新鮮な魚なら筋肉にはいない」は誤りです

対策

○冷凍 マイナス20℃で24時間以上（中心部まで）凍結
○加熱 70℃以上に達温させるか、60℃ 1分以上加熱 

★ 確実にアニサキスを死滅させる方法は、「冷凍」と「加熱」しかありません。

わさびや酢では死滅しません。ブラックライトでの目視確認による除去も完全ではありません。

クドア・セプテンブクタータ（寄生虫）

特徴

胞子が約10マイクロメートル。主にヒラメに寄生します。

症状

喫食から数時間で一過性のおう吐や下痢等の症状が起きます。

アニサキスと異なり、
目視で確認できません

対策

○冷凍 マイナス20℃で4時間以上（中心部まで）凍結
○加熱 75℃ 5分以上加熱 

アニサキスと冷凍・加熱の条件が異なります！

★ 養殖場の時点で既に寄生している可能性があります。目に見えないため、
「クドアが寄生しているかも」と常に意識し、「冷凍」「加熱」処理をしましょう。

ヒスタミン（化学物質）

特徴

ヒスタミンが高濃度に蓄積された魚類及びその加工品を食べることにより発症します。
ヒスタミンは熱に強く、調理工程で加熱しても除去できません。
カジキ、カツオ、マグロ、サバ、ブリ等の赤身魚で起きます。

症状

喫食から1時間以内に、顔や耳の紅潮（赤くなる）や頭痛等の症状が起きます。

対策

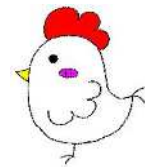
○魚、またはその加工品は、低温（5℃以下）で保管
○調理・加工した魚はできるだけ早く食べる

★ 一度増えたヒスタミンを取り除くことはできません。魚の下処理、加工から調理、
提供まで徹底して低温で管理し、「ヒスタミンを増やさない」ことが大切です。

鶏肉等が原因のカンピロバクター食中毒にご注意！

鶏肉には食中毒の原因となるカンピロバクター菌が付着しているため、生や加熱不十分な鶏肉は食中毒リスクの高い食品です。鮮度にかかわらず、加熱不十分な鶏肉の提供はやめましょう。

カンピロバクターとは？



【カンピロバクター食中毒】

主な症状：下痢、腹痛、発熱（38℃程度）

潜伏期間：2～5日

原因食品：加熱不足の鶏肉調理品（鳥刺し、焼き鳥等）や鶏肉に二次汚染された調理食品

※【重篤な後遺症】最悪の場合、命を落とすことも…

カンピロバクターに感染した数週間後に筋力低下、手足の麻痺や呼吸困難等を起こす、「ギラン・バレー症候群」を発症することがあります。

【菌の特徴】

動物の腸管内にいる

少量の菌数で発症

通常の加熱で死滅（湯引きやレアはNG）



食中毒予防3原則「つけない」「増やさない」「やっつける」のうち

細菌を食品に「つけない」

加熱で細菌を「やっつける」が特に重要！

カンピロバクター食中毒の発生状況と事例

【令和7年度全国での発生件数】

事件数：220件 患者数：1226人

ノロウイルス、アニサキスに次いで発生件数は第3位でした。

（厚生労働省：「令和7年（2025年）食中毒発生状況」より）

【食中毒事例】

令和8年7月、A県内の飲食店で食事をした3グループ35人中的内13人が、下痢、発熱、腹痛等の症状を呈しました。患者らは、この飲食店で鶏のカルパッチョ等を食べており、便からもカンピロバクターが検出されたため、食中毒と断定されました。

予防方法

- 「つけない」
 - ・冷蔵庫内では、生肉と他の食材は分けて保管する。
 - ・生肉を扱った調理器具はしっかり洗浄、消毒する。
 - ・調理後の食品に生肉や使用後の器具が触れないようにする。
 - ・生肉を扱った後は石けんを使って十分に手を洗う。
- 「やっつける」
 - ・中心温度75℃ 1分以上と同等の加熱を行う。



★75℃ 1分以上加熱と同等の加熱条件

温度	75℃	70℃	65℃	63℃
時間	1分	3分	15分	30分

中心温度が到達してからの加熱時間になるので注意！

（厚生労働省：「食肉の加熱条件に関するQ&A」、

食品安全委員会ホームページ：「肉を低温で安全に美味しく調理するコツをお教えます！」より）

ねずみ対策をしましょう！

衛生的な環境を維持するため、また、お店に対する苦情が発生しないよう、適切なねずみ対策を講じましょう！

ねずみが発生すると…

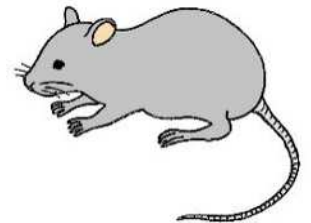
- ねずみは、多くの病原菌を運び、感染症を媒介したり、食品を汚染したりします。
ねずみのフンや毛が食品に混入してしまうこともあります。
- 食品が汚染されると、食中毒を引き起こす恐れがあります。
- ねずみに天井や壁をかじられる、食材を食べられる等の被害が発生します。
少しでもかじられた食材は汚染されているため、すべて廃棄する必要があります。
- 電気コードをかじられると火災につながることもあります。
- 店内や周囲でねずみが目撃されると、お客様に不快感を与え、お店のイメージダウンにつながります。ねずみが棲みつくと、周囲のお店や住宅にも迷惑をかけてしまいます。



防除のポイント

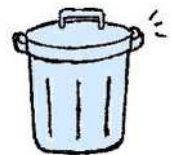
【侵入路をふさぐ】

- 天井や壁の穴、換気扇の隙間、配管周り等、ねずみが侵入する可能性のある場所をふさぎましょう。
- 屋外に通じる扉や窓を、開放したままにするのはやめましょう。



【エサを与えない】

- 食品は密閉容器に入れて保管しましょう。
- ゴミは、フタ付の容器や倉庫に保管し、適切な頻度で廃棄物収集業者に回収してもらいましょう。
- 毎日、調理場内や施設の周囲を清掃し、食品の残渣、排水溝やグリストラップの汚れを残さないようにしましょう。



【巣を作らせない】

- 調理場内を常に整理整頓しましょう。
- ダンボール箱や新聞紙は放置せず、処分しましょう。
- 隅々まで人の目が届く環境を保ち、ねずみによる被害が発生していないか、定期的を確認しましょう。

【調査・駆除】

- 専門業者に依頼して生息調査を行い、必要に応じて駆除を行いましょう。