

# 食品衛生ニュース

No. 112

## もくじ

- ・注意！腸管出血性大腸菌 O157 —P1
- ・ノロウイルスに要注意 —P2
- ・正しい手洗いをしましょう！！ —P3
- ・毒キノコに注意 —P4

発行 2022年 9月 1日

江東区保健所 生活衛生課 食の安全係

TEL 03-3647-5812

<http://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おります。

## 注意！ 腸管出血性大腸菌 O157

気温が高くなると、腸管出血性大腸菌の食中毒や感染者数が増えます。

腸管出血性大腸菌の特徴を知り、食中毒を防ぎましょう。

### 腸管出血性大腸菌 O157

#### 【潜伏期間】

- ・平均 4～8 日

#### 【主な症状】

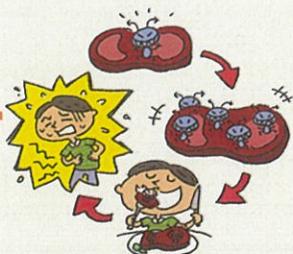
- ・腹痛、下痢、血便等
- ・子どもや高齢者は、溶血性尿毒症症候群や脳障害を起こすことがある

#### 【原因食品】

- ・ユッケ、牛肉のタタキ等の生または加熱不十分な牛肉料理
- ・浅漬けやサラダ等

#### 【特徴】

- ・動物の腸管に存在している
- ・ベロ毒素を产生する
- ・50個程度の少量で感染する



### 予防のポイント

#### ＜手洗い＞

- ◆調理前、トイレの後、生の肉や魚・卵を触った後等は、石けんで手を洗いましょう。

#### ＜調理器具の使い分け＞

- ◆まな板、ボウル等の調理器具は、肉用、野菜用、加熱済み食品用等に分けましょう。



#### ＜加熱する＞

- ◆食肉を、中心部まで十分に加熱しましょう。  
75℃で1分以上が目安です。

#### ＜野菜の洗浄＞

- ◆生野菜は、流水でよく洗いましょう。必要に応じて消毒しましょう。

#### ＜洗浄・消毒＞

- ◆使用後の調理器具は、洗剤でよく洗い、熱湯か次亜塩素酸ナトリウムで消毒しましょう。

#### ＜食品の保存＞

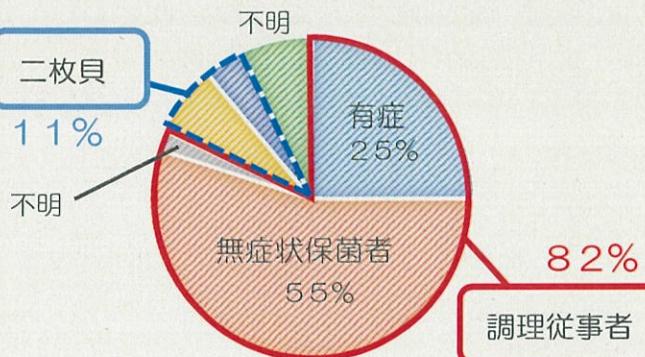
- ◆冷蔵が必要な食品は10℃以下、冷凍が必要な食品は-15℃以下に保存しましょう。

# ノロウイルスに要注意

ノロウイルスによる食中毒は一年中起きていますが、特に11月あたりから春先にかけては件数が増加する傾向にあります。ノロウイルスは感染力が強く、予防には注意が必要です。

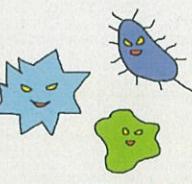
## ノロウイルス食中毒の特徴

### <ノロウイルス食中毒の発生要因の割合>



ノロウイルス食中毒の発生要因は、調理従事者による食品汚染が約8割となっています。また、調理従事者の約7割が、ウイルスを保有しているても症状がない方(無症状保有者)でした。

### <少量で感染する>



10~100個  
で感染！！

ノロウイルスは、100個以下で感染します。

発症者の糞便1g中には、ノロウイルスが約10億個も含まれているため、非常に感染力が強いといえます。

## 予防のポイント

### <手洗い>

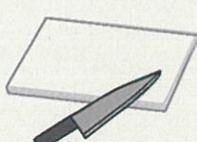
- ◆帰宅したとき、調理する前、食事する前、トイレに行った後など、適切なタイミングで！
- ◆石けんを使って、2度洗いが効果的です。



### <調理器具の洗浄・消毒>

- ◆調理器具を使用したら、洗剤で洗浄し、熱湯や次亜塩素酸ナトリウムで消毒を行いましょう。

※ノロウイルスにアルコールは効きません！



### <しっかり加熱する>

- ◆カキ等の二枚貝は、90℃以上で90秒間以上加熱しましょう。



### <感染を広げない>

- ◆下痢の症状が出ているなど、体調が悪いときは調理しないようにしましょう。
- ◆感染者のおう吐物等を、次亜塩素酸ナトリウムを用いて、正しく処理しましょう。



消毒液を作ったら、誤飲を防ぐためにラベルを貼りましょう！

# 正しい手洗いをしましよう！！

食中毒や感染症の予防の基本は「手洗い」です。

予防に効果的なタイミングとポイントをおさえて正しい手洗いを行いましょう。

## ◆手洗いの手順◆



①手の平、指の腹  
を洗う



②手の甲、指の背  
を洗う



③指先、爪の先  
を洗う



④指の間を洗う



⑤親指をねじり  
洗いする



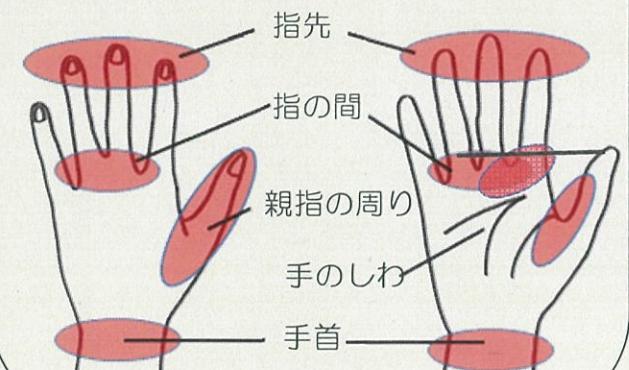
⑥手首を洗う

## 【予防のポイント】

- ◆ 手を洗う前に時計や指輪は外し  
ましょう。
- ◆ 石けんを十分に泡立てましょ  
う。
- ◆ 1回30秒かけて手を洗いまし  
ょう。
- ◆ 石けんを流水で十分に洗い流し  
ましょう。
- ◆ 二度洗いすると効果UP！
- ◆ 洗った後はペーパータオル等で  
よく拭きましょう。

## ◆汚れが残りやすいところ◆

手を洗った後、汚れが残りやすいとこ  
ろをイラストに示しました。手洗いの参  
考にしてください。



## 【手洗いのタイミング】

- ✓ 調理や食事の前
- ✓ トイレの後
- ✓ 動物を触った後
- ✓ 帰宅した後
- ✓ 肉・魚・卵をさわった後
- ✓ 鼻をかんだ後
- ✓ おむつ交換をした後

# ～秋の行楽シーズン～ 毒キノコに注意

実りの秋を迎え、きのこ狩りのシーズンになると毒キノコの誤食による食中毒が多発します。

毒キノコによる事件の大部分は9月から10月に発生しています。ここでは、食中毒事例が最も多いツキヨタケについて紹介します。

## ◎ツキヨタケ（毒）

### 【特徴】

カサ：10cm～20cmと大型。扇型から半円形に開き、ときに不正円形。肉厚。

柄：柄の肉内部に黒褐色のシミがある。

このシミは不明瞭なもの、無いものもある。

その他：ヒダが暗闇で発光することがある。

似ているキノコ：ヒラタケ、ムキタケ、シイタケ

### 【発生場所】

夏～秋（特に秋）にブナ、イタヤカエデ等に重なり合って発生する（重生）

### 【症状】

おう吐、下痢、腹痛等。食後数時間（摂食後30分～1時間）で発症する。

### 毒について

ツキヨタケの主な毒成分は「イルジンS」で、熱に対して比較的安定性が高く、100℃で15分間加熱してもほとんど分解されません。

鍋等の料理にツキヨタケが混入した場合、毒成分が煮汁にも溶け出します。キノコ自体を食べなくても、煮汁を飲んだだけで中毒を起こす可能性があります。誤って料理に使った場合は、キノコだけでなく全て処分してください。

### 見分けられる・・・？

ツキヨタケの見分けに有効なポイントは、縦に切断した柄の基内部に黒褐色のシミがあることです。これは形の似ている食用キノコ（ヒラタケやムキタケ等）には見られない特徴です。

しかし、この黒いシミは不明瞭なもの、無いものもあるので、この特徴一つだけでは判断できません。柄の形、ツバの有無、カサ表面の色や様子などで総合的に判断するしかなく、同時に採取した複数のキノコを何個も確認する必要があります。

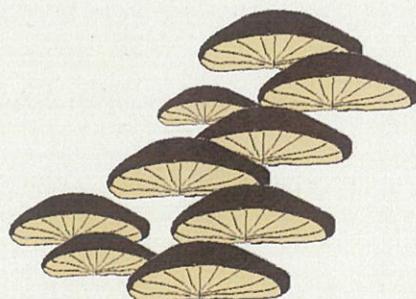
決定的な見分け方はありませんので、安易に採取しないでください。

## STOP 毒キノコ食中毒

確実に食用と判断できないキノコは

「採らない」「食べない」「人にあげない」

もし、キノコを食べて体調を崩したら、すぐに医療機関を受診しましょう。キノコが残っていれば持参してください。



～重生するツキヨタケ～