

食品衛生ニュース No. 118

もくじ

腸管出血性大腸菌とは？	1 P
ノロウイルス食中毒に注意！	2 P
バーベキューでの食中毒に注意しましょう	3 P
自然毒に注意しましょう！	4 P

発行 2023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あります。

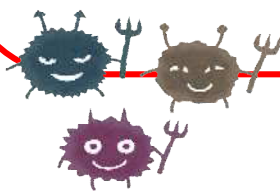
腸管出血性大腸菌とは？

今年、江東区内で腸管出血性大腸菌の感染者が多数報告されています。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る傾向にあります。特徴を知り、食中毒を予防しましょう！

特 徴

- 症 状：腹痛、下痢、血便等
- 潜伏期間：平均で3～5日
- 原因食品：生または加熱不十分な食肉
(牛レバ刺し、ユッケ等)、食肉から二次汚染した食品、未加熱・未殺菌の野菜調理品等
- 牛等の家畜の腸管内に生息している。
- 子どもや高齢者が感染すると、重症化しやすい。
- 溶血性尿毒症候群を起こすことがある。
- 感染力が強い。
(菌数が100個以下でも感染する。)

食中毒の原因となっているものは、O157の他にO26、O145、O103等があります。



食中毒事例

- ①令和5年1月、横浜市内の食肉販売店で購入した「馬刺し」を4人で喫食したところ、内1人が翌日に腹痛や下痢、血便等を起こしました。患者のふん便と馬刺し（購入品と同一ロット品）から「腸管出血性大腸菌O26」が検出されました。
- ②令和4年7月に江東区内の焼肉店を利用した2組5名が下痢、腹痛等を起こしました。患者と従事者1名のふん便から、「腸管出血性大腸菌O157」が検出されました。

食中毒予防のポイント

- 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。
- 食肉を中心部まで十分に加熱しましょう。
75℃で1分以上の加熱が目安です。
- 野菜は流水で洗浄しましょう。生で食べるきゅうり、レタス等の野菜は、必要に応じて塩素剤で消毒後、流水で十分にすすぎます。

ノロウイルス食中毒に注意！

秋から冬にかけて気温の下がる季節は、食中毒が少なくなると思いませんか？実は11月から3月は、ノロウイルスが原因の食中毒の発生件数が増加し、一年の中でも食中毒が多く発生する季節です。ノロウイルス対策を行い、食中毒を予防しましょう。

特徴

【ノロウイルスに感染すると？】

原因となる食品を食べてから1～2日後に、吐き気、おう吐、下痢、発熱等の症状が出ます。

ノロウイルスに感染した人は、症状が治まっても、1週間～1ヶ月程度、便の中にノロウイルスを排出するといわれており、二次汚染の原因となることがあります。

【ノロウイルス食中毒の原因は？】

①ウイルスの蓄積した二枚貝

生や加熱不十分なカキ等の二枚貝です。シジミ、ホンピノスガイ、岩ガキ等からノロウイルスが検出されています。

②調理従事者から汚染された食品

ノロウイルスに感染した調理従事者が、排便後に十分な手洗いを行わず、ノロウイルスを食品に付着させ食中毒を起こす事例が多く発生しています。

【ここが怖い！ノロウイルス】

ノロウイルス食中毒の注意しなければいけないポイントは2つです！

- ◎ **少ないウイルスの量で感染する！**
- ◎ **健康保菌者がいる**

食中毒予防のポイント

【調理する人の健康管理】

- 普段から感染しないように食事や家族の健康状態に注意する。
- 症状があるときは、調理作業をしない。
- 毎日作業開始前に調理従事者の健康状態を確認し、責任者に報告する仕組みをつくる。

【作業前などの手洗い】

- 手洗いのタイミング
 - ◎ トイレに行った後
 - ◎ 調理施設に入る前
 - ◎ 料理を盛付ける前
 - ◎ 次の調理作業に入る前
 - ◎ 手袋を着用する前

【調理器具の消毒】

- 洗剤等で十分に洗浄し、熱湯で加熱する方法又はこれと同等の効果を有する方法で消毒する。

感染を広げないために

感染者が使ったり、おう吐物が付いたものは、他のものと分けて洗浄・消毒します。（※1）

患者のおう吐物やおむつ等は、処理する人が感染しないような方法で、すみやかに処理・消毒し（※2）、二次感染を防止しましょう。

ノロウイルスは、乾燥すると空中に漂い、口に入って感染することがあります。おう吐物やおむつ等を処理する人は、使い捨てのマスクやガウン、手袋等を着用しましょう。

消毒液の作り方（6%の塩素系漂白剤を使用した場合）

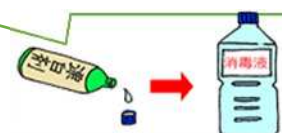
※1 0.02%消毒液

漂白剤原液 5mL を水で 1.5L になるように薄める。

※2 0.1%消毒液

漂白剤原液 25mL を水で 1.5L になるように薄める。

表示を確認して適切な濃度に薄めて使いましょう。



衛生のポイント

～バーベキューでの食中毒に注意しましょう～

子供も大人も楽しめるバーベキュー。しかし、食品や器具の取扱い方次第で、食中毒に繋がります。しっかり対策をとり、楽しい思い出にしましょう。

特に気をつけたい食中毒菌

【腸管出血性大腸菌(O157、O26等)】

(原因となる食肉 牛 )

- 約3～5日後に、激しい腹痛や下痢を起こします。
- 重症になると溶血性尿毒症症候群(HUS)になり、腎機能障害や意識障害を起こし、亡くなることがあります。

【カンピロバクター】

(原因となる食肉 鶏  豚 )

- 約1～7日後に、下痢や発熱を起こします。
- 生または加熱不十分な鶏肉料理が原因になることが多くなっています。
- まれに、ギランバレー症候群を併発し、後遺症が残ることがあります。

【サルモネラ属菌】

(原因となる食肉 鶏  豚  牛 )

- 約8時間～3日後に、腹痛、おう吐、発熱等を起こします。
- 食肉だけでなく、卵やその加工品が原因になることもあります。

※ 子供やお年寄りは重症化しやすいので、特に気を付けましょう！

食中毒予防のポイント

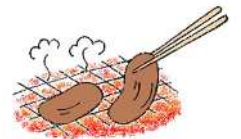
【温度管理を徹底】

- 食肉は事前にカットしてからビニール袋等に入れて持って行きましょう。
- 十分な量の保冷剤を入れたクーラーボックス等で保管しましょう。



【中心部までしっかり加熱】

- 食肉に関わる食中毒菌は熱に弱いので、**中心部まで十分に加熱**しましょう。



【食中毒菌を広げない】

- 食材を焼く専用のトングを用意し、食べるための箸と使い分けましょう。
- 調理前や食事の前、生肉に触れた後は、石けんで手を洗いましょう。



バーベキューにおにぎりやサンドイッチを持ち込む場合は、食肉とは別に保管しましょう。また、常温に長時間置かないようにしましょう。



自然毒に注意しましょう！

毒キノコによる食中毒

例年キノコが旬を迎える秋(9月～11月)に、誤って毒キノコを食べてしまったことによる食中毒事例が報告されています。

毒キノコには、食用のキノコに「そっくり」な種類があります。確実に食用きのこであると判断できない場合は、絶対に採ったり食べたりしないでください。

【△食用と間違えやすい毒キノコ】

第1位 ツキヨタケ

シイタケ、ヒラタケ、ムキタケとよく似ており、食後30分～1時間程度で嘔吐、下痢、腹痛等の中毒を起こす。

平成24年～令和3年までの間、462名がツキヨタケによる食中毒患者として国に報告されている。



第2位 クサウラベニタケ

ホンシメジ、ウラベニホテイシメジ、ハタケシメジとよく似ており、食後20分～1時間程度で嘔吐、下痢、腹痛等の消化器系の中毒を起こす。唾液の分泌、瞳孔の収縮、発汗等の症状も現れる。

平成24年～令和3年までの間、138名がクサウラベニタケによる食中毒患者として国に報告されている。



フグによる食中毒

高級食材として昔から日本人に愛されているフグですが、一方で、肝臓や卵巣等に命に係わる猛毒を持つことでも知られています。

【有毒部位を食べるとどうなる？】

食後20分から3時間程度で、しびれや麻痺症状が現れます。麻痺症状は口唇から四肢、全身に広がり、重症の場合には呼吸困難で死亡することがあります。

【フグ食中毒発生状況

死亡事例も…】

ふぐによる食中毒発生状況（全国）

	事件数	患者数	死者数
令和元年	15	18	1
令和2年	20	26	1
令和3年	13	19	0
令和4年	10	11	1

釣りをされる方が、自分で釣ったフグを自分で調理したことによる食中毒や、知人から譲り受けたフグを食べたことによる食中毒事例が毎年発生しています。

フグの毒は、塩もみ、水にさらす、加熱などの調理では、無（弱）毒化されることはありません。また、フグの種類により有毒部位は異なります。素人調理は絶対に止めましょう！

