

みなと 食品衛生だより

No.20
2016年2月号

【編集・発行】
みなと保健所生活衛生課
食品安全推進担当
TEL: 03-6400-0047
発行番号: 27189-4211

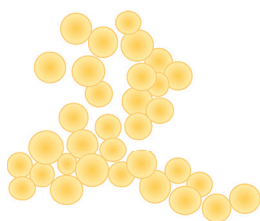
起きてからじゃ遅い!!
これだけは知っておこう!

災害時の食品衛生

災害時は衛生的な環境で調理ができるとは限りません。そのため食品の取扱いには注意しないと食中毒が起きてしまいます。ここでは災害が起きる前に知っておくべき事、準備しておくべきものを紹介したいと思います。

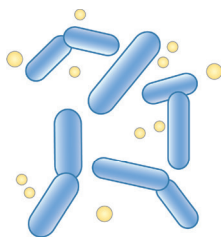
被災地での食中毒事例

- 1 平成24年8月に大雨で被災した地域で黄色ブドウ球菌が原因の食中毒が起きた。救援物資で配布されたおにぎりを食べた人が下痢、腹痛を訴えた。患者の便とおにぎりを調べたところ、両方から黄色ブドウ球菌が検出された。



黄色ブドウ球菌

- 2 平成23年6月に東日本大震災の避難所でウェルシュ菌が原因の集団食中毒が起きた。炊き出しで振る舞われていた料理を食べた後、下痢、腹痛を訴える人が多く出た。食品を調べてみたところ、鶏肉の煮込み料理からウェルシュ菌が検出された。



ウェルシュ菌

菌の特徴・予防策

- 1 黄色ブドウ球菌が作る毒は熱に強く、加熱は効果がないので、菌をつけないようにしなければなりません。化膿した傷口に多く存在するので、手指に傷がある人は調理に携わるのは避けましょう。災害時のため人手が足りずやむをえず調理を行う場合は必ずビニール手袋を着用しましょう。



- 2 ウェルシュ菌は自然界のいたるところに存在しています。ウェルシュ菌は熱に強く、加熱しても食品中で生き残ります。加熱後、食品を長時間常温で放置すると増殖してしまいます。食品は調理後なるべく早く食べるようにしましょう。



備蓄すべきもの

災害時は避難所より自宅に避難する 경우가圧倒的に多いと言われています。自宅避難に備えて以下の用意をしておきましょう。

① 食品

災害時に一番困るのは食料です。特に水は飲用だけでなく、手洗いなど基本的な衛生担保のために必要不可欠です。必ず備蓄しておきましょう。

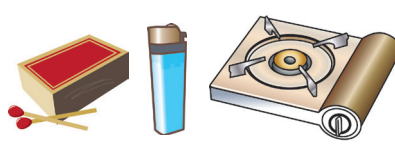
水 米 乾パン カップ麺 かん詰 調味料
ビスケット レトルト食品 チョコレート



② 熱源

保存に適したレトルト食品やカップ麺は食べる際にお湯が必要です。そのため加熱機器等を用意しておきましょう。

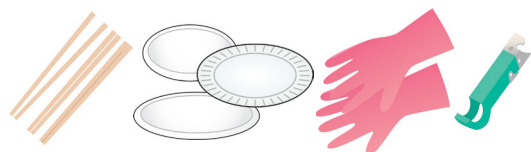
カセットコンロ マッチ ライター
燃料



③ 調理器具・食器

災害時は断水する可能性がとても高いです。水で洗う必要のない紙皿や割り箸を普段から多めに用意しておきましょう。

割り箸 使い捨て食器 ビニール手袋
缶切り



予防三原則

災害が発生した際、食品衛生を担保することが困難になります。次のことに注意し、食中毒を予防しましょう。

つけない

細菌を食品につけない!

食品に触れる時は必ずビニール手袋を着用しましょう。またビニール手袋がない時は、ポリ袋を手にはめ、代用することもできます。



増やさない

細菌を増やさない!

配給された弁当やサンドイッチ、自宅で調理した食品は、細菌が増えやすいので早めに食べましょう。また食品は直射日光の当たらないところに置いておきましょう。



やっつける

細菌を倒す!

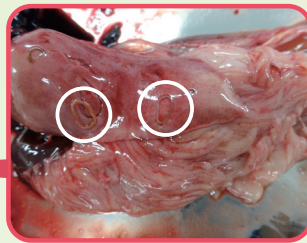
備蓄した熱源を効果的に活用し、食品はなるべく加熱してから食べるようにしましょう。



そのお魚大丈夫!? 寄生虫による食中毒

寄生虫による食中毒事例が増えています!!

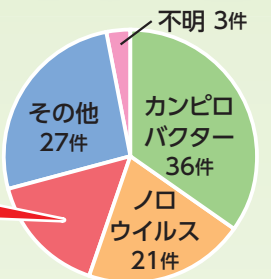
魚にはいろいろな種類の寄生虫がおり、適切な冷凍保存や加熱処理を怠った食品を食べることで、腹痛や嘔吐などの症状が現れることがあります。食中毒の原因となる寄生虫を理解し、食中毒を予防しましょう。



アニサキス虫体

平成26年の
東京都内での
病因物質別
食中毒発生状況

寄生虫
16件

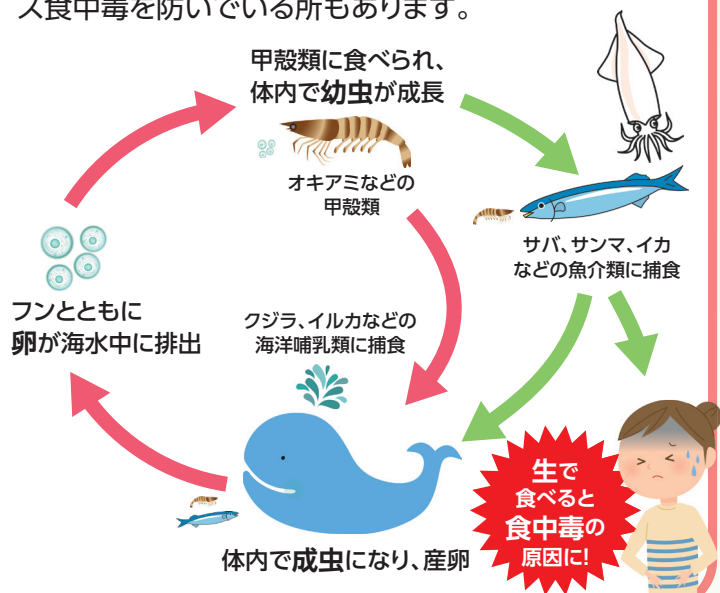


アニサキスとは?

アニサキスは海水中で卵が孵化し、オキアミなどの甲殻類に食べられて幼虫が成長し、その甲殻類がサバやサンマなどの魚介類に食べられ、その内臓に寄生します。

アニサキスが寄生した魚介類をヒトが食べることで、アニサキスがヒトの胃壁へ移行し、アニサキス食中毒を引き起こします。

一方養殖場によっては、冷凍餌などアニサキスが寄生していない餌を与えることにより、未然にアニサキス食中毒を防いでいる所もあります。



アニサキス食中毒の特徴

東京都内では平成26年に12件のアニサキスを原因とする食中毒が発生しました。アニサキス食中毒の原因食品としてサバ、サンマ、イカの刺身をはじめ、寿司、しめさばやカルパッチョなどが報告されています。

アニサキス虫体は体長2～3cmの寄生虫で、他の細菌や寄生虫と異なり、目で見ることができます。アニサキス食中毒は食品を食べた後約2～8時間後に腹痛や嘔吐などの症状が現れます。

アニサキスがよく寄生している魚介類(例)

●サバ



●サンマ



●イカ



アニサキス食中毒の予防

アニサキス食中毒の最も効果的な予防法は、加熱による方法です。70℃の加熱であればアニサキスを瞬時に殺すことができます。また、魚を-20℃で24時間以上冷凍することでも殺すことができます。

わさびや酢による食中毒予防は期待できません。わさびは数時間、酢に至っては数日間アニサキス虫体を浸していなければ殺せないことが報告されています。確実な加熱又は冷凍をして食中毒を予防しましょう。



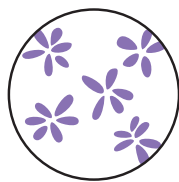
クドアって?

東京都内では平成26年に4件のクドアを原因とする食中毒が発生しました。クドア属は海産魚の筋肉に寄生する粘液胞子虫*です。ゴカイやミミズなどの環形動物と魚類を交互に行き来しています。

クドアの一種*Kudoa septempunctata*は、ヒラメに寄生することが知られています。

*粘液胞子虫

クラゲやサンゴに近いグループに属しており、大きさが10μm程度の極嚢と呼ばれる袋をもった胞子を多数つくります。この胞子が粘液に覆われていることから粘液胞子虫と呼ばれています。



ヒラメによる食中毒

クドア・セプテンpunkタータ (*Kudoa septempunctata*)

ヒラメの筋肉部に寄生しており、ヒラメの刺身などを生で食べると下痢、嘔吐などの食中毒症状を引き起こすことがあります。

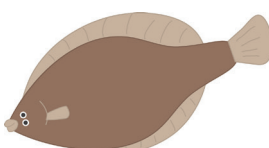
予防方法

ヒラメを冷凍または加熱することで防ぐことができます。

- ・-20℃で4時間以上冷凍する
- ・75℃で5分以上加熱する

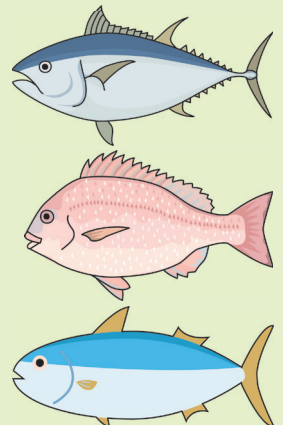
ヒラメは冷凍すると品質が低下してしまいます。そのため、刺身など生で食べる場合は、冷凍せずに提供されるケースが多く、現在冷凍以外の予防方法についての研究が進められています。

養殖場等では、寄生のない稚魚の導入や飼育環境の洗浄化、出荷前のモニタリング検査等の取り組みが行われています。



ヒラメ以外の刺身を食べたことによる原因不明の食中毒事件

クドア・セプテンpunkタータによる食中毒と同様に、生鮮魚介類を生食後、短時間で下痢やおう吐の症状が起きていることが、これらの食中毒事件の共通点です。



東京都等の報告によると、食中毒疑いの事例で検査を実施したメジマグロからクドア・ヘキサンプンクタータ、タイからクドア・イワタイが検出されています。これらの寄生虫と食中毒との因果関係については、現在、研究段階ではありますが、クドア属の粘液胞子虫が、原因不明の食中毒事例に関与している可能性が考えられます。

また、昨年区内で発生した原因不明の食中毒事件において、患者の検便からクドア属以外の粘液胞子虫(ユニカプシューラ・セリオラエ)が検出されました。クドア属以外の粘液胞子虫が人に下痢症状等を引き起こす可能性についても、現在研究が進められています。

今後の研究によっては、食中毒の原因となる粘液胞子虫の種類が増える可能性があります。