

バーベキューやハイキングでの 食中毒にご注意ください!

黄色ブドウ球菌による食中毒に気を付けましょう

黄色ブドウ球菌は私たちの皮膚や環境中に常在している細菌です。おにぎりやサンドイッチ、ねりものなど、食品に黄色ブドウ球菌が付着し増殖すると、おう吐や下痢、腹痛を引き起こす毒素をつくります。特に手の傷などには黄色ブドウ球菌が多くいるので、食品に付着する可能性が高くなります。毒素は熱に強く、加熱しても無毒化されません。食中毒の予防には、菌をつけない、増やさない、がポイントになります。

- ・おにぎりは直接手で握らず、ラップ、手袋等を使用しましょう
- ・作ったおにぎりは、クーラーボックスに入れて低温で保管・携帯し、早めに食べましょう

食中毒に注意
菌をつけない!
増やさない!

クーラー
ボックス

手を洗いましょう

調理をする前、生肉
や生魚などを触った
後は、石けんでよく
手を洗いましょう。



肉の生焼けに注意しましょう

生肉には、腸管出血性大腸菌、カンピロバクター、サルモネラなどの食中毒細菌がついていることがあり、これらの細菌は腹痛、下痢などを引き起こします。細菌を増やさないように、肉は低温(10℃以下)で保存しましょう。また、細菌を殺すために、中心部まで75℃1分以上加熱しましょう。特に、大きな肉は中心部まで火が通りにくいため、注意をしてください。生肉に触れたトング、箸には食中毒細菌がついていることがあるため、焼いた肉を食べるときに使わないようにしましょう。

- ・加熱の目安は、中心部の色が変わり、肉汁が透明になった状態です
- ・豚肉、鶏肉、牛レバー、肉をつなぎ合わせた成型肉等は、食中毒細菌に汚染されている可能性が高いため、特にしっかり加熱しましょう

魚介類もよく焼きましょう

魚介類にも腸炎ビブリオなどの食中毒細菌がついていることがあります。肉と同様、よく焼いて食べるようにしましょう。

食中毒事例

バーベキューを原因とする 腸管出血性大腸菌O157食中毒事例

バーベキューを行ったところ、参加者53名のうち10名が腹痛、下痢の症状を呈しました。検便の結果、多くの人から腸管出血性大腸菌O157が検出されました。調査の結果、生焼けの肉を食べたことが原因と考えられました。

おにぎりを原因とする 黄色ブドウ球菌食中毒事例

災害のために孤立した地区で、救援物資として持ち込まれたおにぎりを食べた104名がおう吐や下痢、腹痛の症状を訴えました。患者のふん便やおにぎり、調理者の手から黄色ブドウ球菌が検出されました。作られてから住民に配布されるまでに時間がかかり、更に屋外で保管されていた時間帯もあったため、黄色ブドウ球菌が増殖したとみられています。



