

みなと食品衛生だより

【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

いざという時のために備えよう!

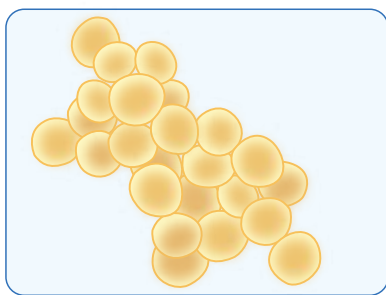
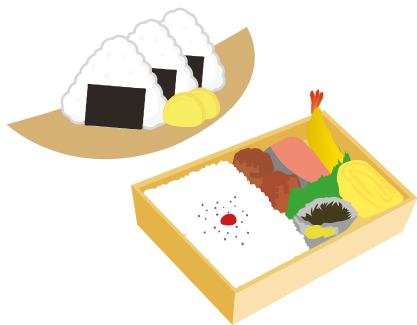
～災害時の食中毒予防～

災害時は衛生状態が悪化していることが懸念されます。そのような状況下では食中毒が起きるリスクが高く、食品の取扱いには注意する必要があります。
ここでは災害時の食中毒予防について紹介したいと思います。

災害時に注意すべき食中毒

① 黄色ブドウ球菌

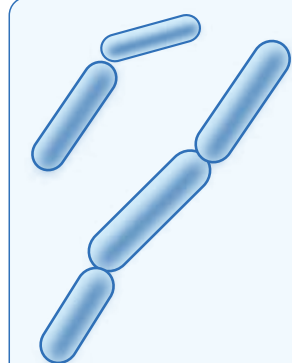
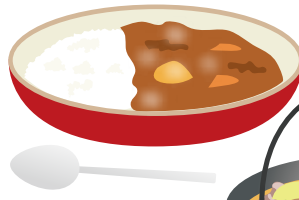
主な原因食品 おにぎり、弁当、サンドイッチ



主な症状 吐き気、激しいおう吐、腹痛、下痢

② ウェルシュ菌

主な原因食品 カレー、豚汁、スープ、煮物



主な症状 腹痛、下痢

調理する際の注意

- しっかり手を洗いましょう。
- できるだけ使い捨て手袋を着用しましょう。
- 下痢、発熱、手指に傷がある人は食品の調理、配膳を行わないようにしましょう。
- 食品はなるべく加熱しましょう。
- 一度に食べられる量を作りましょう。



食べる際の注意

- 食事の前はよく手を洗いましょう。
- 出された食事はできるだけ早く食べるようにしましょう。
- やむを得ず食品を保存する場合は、風通しのよい、直射日光の当たらない場所に置いておきましょう。



備蓄しておくもの

① 食品

災害時に備え食糧を備蓄しておきましょう。特に水は飲用だけでなく、手洗いなど生活していくために必要不可欠です。

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



② 熱源

レトルト食品などは食べる際にお湯が必要です。そのため加熱調理器具等を準備しておきましょう。

カセットコンロ マッチ ライター 燃料

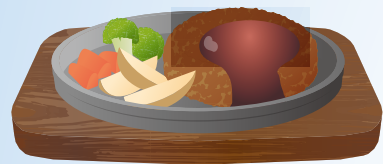


③ 食器具類

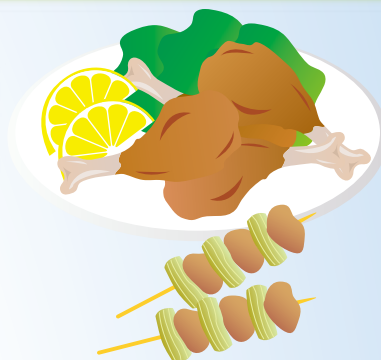
災害時は水が十分に確保できない場合があります。水で洗う必要の無い紙皿や割り箸を普段から多めに用意しておきましょう。

使い捨て食器 割り箸 ビニール手袋 缶切り
ペーパータオル ウェットティッシュ ビニール袋





美味しく安全に お肉を食べましょう!!



食中毒予防法

- ポイント1 お肉は中心部まで加熱すること
- ポイント2 お肉の触れた調理器具は使用後によく洗い、消毒すること
- ポイント3 お肉に手が触れた際は、よく手洗いをしてから次の作業にとりかかること

細菌性食中毒

食中毒の原因菌は少量でも体に入ると体調不良を起こすものが多く、代表的な原因菌は次のものがあります。

① 腸管出血性大腸菌(O157など)

主な原因食品

加熱不足な焼き肉、ユッケ等の生肉
お肉から二次汚染した野菜

主な症状

激しい腹痛や下痢（血便を含む）等

重症化すると

腎機能障害や意識障害などの症状がでます
（溶血性尿毒症症候群）。死に至ることもあります。



② カンピロバクター

主な原因食品

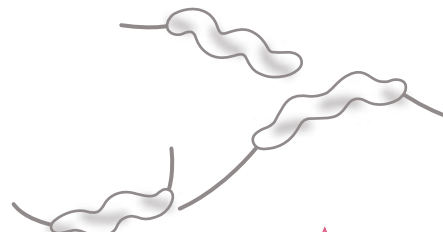
刺身やタタキなど、生または半生の鶏肉

主な症状

腹痛、下痢、発熱等

重症化すると

手足の麻痺や呼吸困難
などの症状がでます
（ギランバレー症候群）。



生の鶏肉からカンピロバクターが見つかる割合

67% (91/135検体)

※平成14～15年度 厚生労働科学研究報告
「食品製造の高度衛生管理に関する研究」

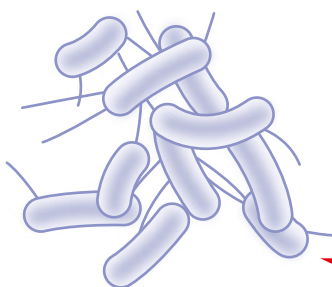
③ サルモネラ

主な原因食品

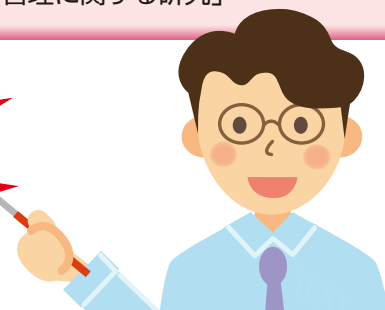
加熱不足のお肉や卵を
原材料とした食品

主な症状

高熱、腹痛、下痢等
子供は重症化しやすいので注意が必要です。



「新鮮だから安全」
とは限りません!



ジビエについて

近年、都内でも多く見かけるようになったジビエ（シカやイノシシなどの野生鳥獣のお肉）は、牛や豚など管理された家畜と比べ、寄生虫やE型肝炎ウイルスを保有している可能性が高いです。

また、食用に加工する際に検査が義務付けられていないため、ジビエは家畜のお肉に比べ食品衛生上のリスクが高い食品です。中心部まで十分に加熱されたものを食べるようにしましょう。

保有する動物

イノシシ
シカ
豚

E型肝炎ウイルス

主な症状

発熱、吐き気、腹痛、黄疸
慢性化はしませんが、死に至ることもあります。