

新シリーズ 食中毒！ 今回は4つ お知らせします

① 原因となるもの ② 発症した時の症状 ③ 予防

アニサキス 魚介の中で静かにモソモソ

- ① サバ、アジ、サンマ、カツオ、イワシ、サケ、イカなどに
いることが多い
・切り身でもよく見ると白い糸状のものをみつける
ことができる場合がある
- ② 食べてから十数時間後に非常に激しい腹痛を発症
- ③ 冷凍(-20℃で1日以上)
加熱(60℃以上で1分目安)



腸炎ビブリオ 刺身はパッと食べよう

- ① 海水が15℃以上になると魚介類の体表に多く付着
5月から9月の刺身や寿司など生食に注意
 - ② 2～24時間で腹痛・おう吐・下痢
 - ③ 魚介類を調理する前に、水道水(流水)で魚介類を洗う
室温に出したら2時間以内に食べる
加熱は60℃で10分が目安
魚介類を調理した器具は消毒を
- ※夏、海で獲った貝などをその場で生で食さないこと



サルモネラ 生たまごにご用心を



- ① たまご, たまごの加工品, 鶏肉などに多くみられる
- ② 6 時間から 3 日の潜伏
腹痛, 下痢, 嘔吐。やや高い熱が出る
- ③ 生たまごを食べる場合は・・・

期限内のもの
殻にヒビがないもの
冷蔵保存されているもの
割卵したらすぐ食べる

生肉を触った手や器具は洗浄する
加熱に弱い菌なので十分に加熱する

カンピロバクター 鶏肉好きをひそかに狙う

- ① 生や加熱不足の鶏肉。またこれらを調理した
器具や手からの二次汚染
- ② 2～5 日後に下痢, 腹痛, 発熱の症状。血便もあり
おう吐をくり返す
- ③ 食肉を十分に加熱(中心部を 75℃ 以上で1 分間
以上加熱)することが重要



バーベキュー時の注意・・・しっかり加熱されていること
器具や箸の使いまわしをしないこと
手を洗うこと
お弁当・・・・・・・・・・・・・保冷バッグを利用すること
保冷剤は一番上に置くこと
冷気は下に落ちます

シリーズ食中毒 またお会いしましょう