

## 食中毒が気になる季節です

Q子：博士～、そうめんを作ったので一緒に食べませんか？

博士：ありがとう。（おや？あじさいの葉っぱが添えられているじゃないか！）

Q子さん、あじさいの葉には毒があり、間違えて食べると中毒になるんだ。

料理の飾りに使ってはいけないよ。

Q子：てっ?! 毒があるとは知らずに、飾りに使ってしまった。

博士：身近なところにも有毒植物がある。食用と分かっているもの以外は、

誤って食べないように注意が必要だ。



## 食中毒の原因

博士：食中毒を引き起こす主な原因は「細菌」と「ウイルス」だ。

右のグラフを見てごらん。細菌が原因となる食中毒は、夏場に多く発生している。食中毒を引き起こす細菌の多くは、室温で活発に増殖し始め、人間の体温ぐらいの温度で増殖のスピードが大変速くなるんだ。

また、細菌の多くは湿気を好むんじゃ。

Q子：私は湿気、ニガテだな～。



博士：そういうわけで、気温が高くなり始め、湿度も高くなる梅雨時に、食中毒が増え始める。しかも、食中毒は飲食店などの外食だけでなく、家庭でも発生している。統計によると、全体の約1割が家庭で発生している。

Q子：ふむふむ。

博士：予防の方法を紹介するから、ぜひ普段の生活に取り入れてね。



## 食中毒予防の3原則

博士：食中毒は、その原因となる細菌やウイルスが食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生するのじゃ。

食中毒予防の3原則を守って、食中毒を予防しよう!!

細菌などを食べ物に

「**つけない**」



手を洗う！

- ・調理を始める前
- ・生の肉や魚、卵などを取り扱う前後
- ・調理の途中で、トイレに行ったり、鼻をかんだりした後
- ・おむつを交換、動物に触れた後
- ・食卓につく前
- ・残った食品を扱う前

分ける！

器具や食材を介して細菌が付着しないよう、器具の洗浄の徹底、器具の使い分け、食品を保管するときに他の食品や器具と接触しないよう注意する。

食べ物に付着した細菌を

「**増やさない**」



低温で保存する！

細菌の多くは、10℃以下では増殖がゆっくりとなり、マイナス15℃以下では増殖が停止する。

肉や魚などの生鮮食品やお総菜などは、購入後、できるだけ早く冷蔵庫に入れる。

※冷蔵庫への詰めすぎには注意。（7割までが目安です。）

冷蔵庫の冷却が悪くなったり、食品を取り出すのに時間がかかり、冷蔵庫内の温度が上がります。

食べ物や調理器具に付着した細菌やウイルスを

「**やっつける**」



加熱処理！

ほとんどの細菌やウイルスは加熱によって死滅する。

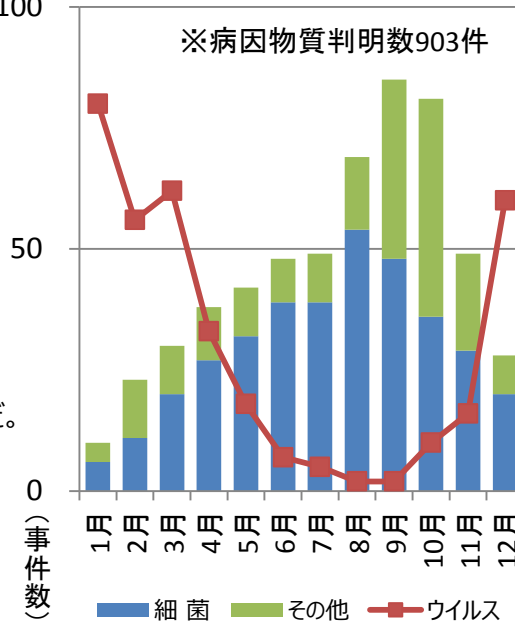
肉や魚はもちろん、野菜なども加熱して食べれば安全。特に肉料理は中心までよく加熱することが大事。中心部を75℃で1分以上加熱することが目安。

ふきんやまな板、包丁などの調理器具にも、細菌やウイルスが付着する。洗剤で洗浄後、熱湯をかけ殺菌する方法がある。台所用殺菌剤の使用も効果的。

100

## H25年月別食中毒発生状況

※病因物質判明数903件



統計データ：厚生労働省HP「食中毒」より

# ～バーベキューや焼肉での食中毒にご注意ください～

ん？どこかで聞いたことがある歌だ…



Q子：暑～い！寒い冬が恋しいな…。博士～、雪だるまつく～ろ～♪ なんちゃって…。

博士：これからの時期は、レジャーやイベントなどでバーベキューや焼き肉をする機会が増える季節だ。

- 生肉には食中毒を起こす細菌が付いている可能性があること
- よく焼けば細菌は死滅するので安全であること



この2点を念頭において、次の食中毒予防のポイントを守り、楽しい季節を過ごしてね。

## 《バーベキューや焼肉での食中毒予防のポイント》

参考：食品安全委員会HP「食中毒予防のポイント」

- 1 食肉は、細菌が増殖しないよう低温保存（10℃以下）に努める
- 2 レバーなどの内臓や食肉を加熱不十分な状態や生で食べない
- 3 細菌は加熱により死滅するので、食肉や内臓などは、中心部まで加熱する（75度、1分以上）
- 4 抵抗力が弱い、乳幼児やお年寄り等は、特に注意する
- 5 生肉にさわったら手をよく洗う
- 6 生肉を扱った tong、箸などは、焼き上がった肉やサラダなどを食べる時は使わない



## 食品中の放射性物質のリスク

○Bq/kg：「ベクレルパーキログラム」1kg当たりの放射能の量を表す単位。

【食品中の放射性セシウム 全国の検査結果】(H26.4月分)(厚労省HPデータを加工)

	検査件数	検出数	100Bq/kg超	100Bq/kg超の主な内訳
全体	28,313件	1,062件 (3.8%)	38件 (0.1%)	水産物19件 (ヤマメ4件、イワナ3件、シロメバル3件など)、農産物19件 (フキノトウ5件、タラの芽4件など)
流通品	2,234件	58件 (2.6%)	5件 (0.2%)	農産物5件 (原木シイタケ3件、コシアブラ1件、タラの芽1件)

## 岐阜県が行った検査の結果

【県内に流通する東日本産農畜水産物等】

品目名	地域	採取日	結果(Bq/kg) 放射性セシウム
チンゲン菜	静岡県	5/19	<2.9
ミネラルウォーター類	山梨県	5/19	<1.2
レタス	長野県	5/19	<2.5
サバ	千葉県	5/19	<2.7
リンゴ	青森県	5/26	<2.8
牛乳	群馬県	5/26	<1.3
白菜	茨城県	5/26	<3.2
調製粉乳	埼玉県	5/26	<5.0
サバ	岩手県	6/9	<3.3
リンゴ	青森県	6/9	<2.8
ミズナ	茨城県	6/9	<3.2
調製粉乳	群馬県	6/9	<6.0
牛乳	神奈川県	6/23	<1.7
ミネラルウォーター類	静岡県	6/23	<1.4
ネギ	茨城県	6/23	<3.7
サクランボ	山形県	6/23	<2.8

「<2.9」とは「検出下限値が2.9Bq/kgの検査において、放射性セシウムが不検出であることを意味します。「2.9Bq/kg未満の放射性セシウムが検出された」という意味ではありません。(検出下限値は測定のために多少変動します)

左表の「地域」について牛乳・調製粉乳は、製造所所在地を示しています。

放射性セシウムの基準値 (単位：ベクレル/kg)

食品群	一般食品	乳児用食品	牛乳	飲料水
基準値	100	50	50	10

【県内産農畜水産物】

品目名	地域	採取日	結果(Bq/kg) 放射性セシウム
原乳	中濃地域	4/16	不検出
原乳	飛騨地域	4/15	不検出
ほうれんそう	高山市	5/7	不検出
鮎	長良川水系	4/10	不検出
たまねぎ	大野町	5/12	不検出
荒茶	揖斐川町	5/11	不検出
荒茶	白川町	5/9	不検出
にんじん	各務原市	6/9	不検出
えだまめ	岐阜市	6/9	不検出
原乳	飛騨地域	6/17	不検出
原乳	中濃地域	6/19	不検出

○野菜・果樹・魚類等：簡易検査(検出下限値25Bq/kg)  
○原乳・荒茶：左記の検査法による。

検査法：厚労省通知「食品中の放射性物質の検査法について」による (H24.3.15)

食卓の安全・安心ニュースで知りたいテーマがありましたら、メールかFacebookでお寄せください。

生活衛生課メール：c11222@pref.gifu.lg.jp  
Facebookページ「岐阜県食品安全推進室」



最後までお読みいただきありがとうございました。

【県内産肉用牛】

4月：1,062頭、5月：892頭  
いずれも放射性セシウムは基準値(100Bq/kg)以下でした。