

## 豚の食肉は、平成27年6月12日から生食禁止

Q子：博士～。豚のレバーが生で食べられなくなったって聞いたんですが本当ですか～。

博士：うむ。本当だ。6月12日から豚の食肉は加熱して食べないといけなくなるのじゃ。

ちなみに「食肉」というのは、豚バラやロースのお肉はもちろん、肝臓などの内臓も含まれているんじゃよ。

Q子：では生レバーだけでなく、お肉も加熱して食べないといけないんですね。



博士。  
マイペース型。



ネコ。  
しゃべれる。



Q子。助手。  
いつも前向き。

### 豚の食肉を生で食べていけない理由は

Q子：そもそも、なぜ豚の食肉を生で食べてはいけないんですか？

博士：豚はE型肝炎ウイルス（HEV）や寄生虫に感染していたり、いろいろな食中毒菌を持っていることがわかったんじゃ。そして厄介なことにお肉の内部にまでE型肝炎ウイルスや寄生虫がいるため、加熱する（中心部分までよく焼く）以外にリスクを下げる良い方法がないんじゃよ。

Q子：なるほど～。豚の食肉を生で食べるのは怖いですね。

博士：そのとおりじゃ。昔から「豚肉はよく焼いて食べる」と言われていたからのう。昔の人は経験的に豚の食肉は生で食べると食中毒の危険があることを知っていたのじゃな。

### 《豚の食肉の加熱方法》

- ・中心部の温度を63℃で30分以上加熱
- ・もしくは同等以上の殺菌効果を有する方法（例：中心部の温度を75℃で1分以上加熱）



参考：厚生労働省HP

### 豚の食肉で気をつけるウイルス、細菌の紹介

Q子：博士～。豚の食肉で気をつけるウイルスや細菌はどのようなものがあるのですか？

博士：様々な種類があるが、代表的な「E型肝炎ウイルス」と「サルモネラ属菌」、「カンピロバクター」を紹介するぞ。

#### <E型肝炎ウイルス>

主に豚やシカ、イノシシの肉や内臓にいるウイルス。新鮮であっても、肉や内臓に存在している可能性がある。

感染すると、6週間程度の潜伏期の後、黄疸、発熱、腹痛等の症状が出る。症状がでない「不顕性感染」となる可能性もある。

安静にしていれば治ることが多いが、妊婦や高齢者は劇症化しやすい傾向にある。

#### <サルモネラ属菌>

主に動物の腸管内にいる細菌。新鮮であっても存在している可能性がある。

感染すると、6～72時間程度の潜伏期の後、激しい腹痛、下痢、発熱、おう吐等の症状が出る。

#### <カンピロバクター>

主に家畜の腸管内にいる細菌。新鮮であっても存在している可能性がある。

感染すると、1～7日程度の潜伏期の後、発熱、倦怠感、頭痛、おう吐、腹痛、下痢等の症状が出る。少ない菌でも発症することがある。

熱には弱いので、良く焼くこと（75℃、1分以上）によりこれらのウイルスや細菌は死滅し、安全に食べられるようになるにゃん。



# 他のお肉はどうなんだろう

Q子：ところで博士。豚の食肉以外のお肉は生で食べてもいいんですか？

博士：3年ほど前には、牛レバーの生食は禁止されておる。それ以外の鶏肉や、最近話題のシカやイノシシ等の野生鳥獣（ジビエ）は法律で禁止はされていないが、生で食べるのはやめた方がいいのう。

Q子：え、法律で禁止されていなければ、食べても安全ということなんじゃないですか。

博士：そういうわけではないんじゃないよ。そもそも、豚は昔から加熱して食べることが当たり前だったため、今まで禁止されていなかったじゃろう。

Q子：あ、そうですね。では、鶏肉や野生鳥獣（ジビエ）は生で食べると危険なんですか？

博士：鶏肉はカンピロバクターに汚染されている確率が高いし、野生鳥獣（ジビエ）もE型肝炎ウイルスをもっているものもいるし、そもそも野生のため、新鮮でもどんな病原体を保有しているかわからないことが多いんじゃない。

Q子：ひえ～。場合によっては牛や豚よりも危険なこともあるんですね。要注意、要注意。

## ・牛レバーは十分加熱して食べましょう。

牛レバーの内部から腸管出血性大腸菌が検出されることがあり、少数の菌でも重篤な症状となり、死亡することもありますので、生では食べられません。平成24年7月から、牛レバーを生食用として販売することは禁止となりました。なお、加熱して食べれば安全です。（中心部まで75℃で1分以上加熱）

## ・シカやイノシシ等の野生鳥獣（ジビエ）は生で食べるのはやめましょう。

シカやイノシシ等の野生鳥獣（ジビエ）は家畜のように飼養管理されていないため、E型肝炎ウイルスの他、どのような病原体を保有しているのかわからず、新鮮であっても生で食べるのは危険です。細菌やウイルス、寄生虫の多くは加熱により死滅するため、よく加熱して食べましょう。

## ・鶏肉も十分加熱して食べましょう。

鶏肉については、現在流通しているものは加熱して食べることを前提としたものです。生で食べることを禁止する法律はありませんが、牛肉以上にカンピロバクター等の食中毒細菌が付着している可能性があるため、生では食べず、よく加熱して食べましょう。



◆牛レバー、ジビエ、鶏肉を食べる際は新鮮でも加熱することで安全に食べられるんじゃない。

◆ボクは、法律で規制されていないけど、ジビエや鶏肉はよく焼いて食べるにゃ～。



# 食品中の放射性物質のリスク

## 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】（平成27年5月分）

品目名	地域	採取日	結果(Bq/kg)
			放射性セシウム
リンゴ	青森県	5/18	<3.2
ミネラルウォーター類	静岡県	5/18	<1.4
チンゲンサイ	静岡県	5/18	<3.9
調製粉乳	群馬県	5/18	<5.4
リンゴ	青森県	5/18	<3.5
カツオ	静岡県	5/18	<3.0
白菜	茨城県	5/18	<3.4
調製粉乳	栃木県	5/18	<5.4

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）

「<3.2」とは「検出下限値が3.2Bq/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。「3.2Bq/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）

上表の「地域」についてミネラルウォーター類は採水地を、調整粉乳は、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	牛乳	飲料水
基準値	100	50	10

○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

【県内産農畜水産物】（平成27年5月分）

品目名	地域	採取日	結果(Bq/kg)
			放射性セシウム
たまねぎ	揖斐（大野町）	5/7	不検出
ほうれんそう	飛騨（高山市）	5/7	不検出
荒茶	揖斐（揖斐川町）	5/7	不検出
荒茶	可茂（白川町）	5/9	不検出

検査法：（たまねぎ・ほうれんそう）簡易検査（検出下限値25Bq/kg）による（荒茶）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）

【県内産肉用牛】

（H27.5月と畜分）検査した797頭について、放射性セシウムは基準値（100Bq/kg）以下でした。

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す。

