

細菌性食中毒



Q子。助手。
いつも前向き。



博士。
マイペース型。

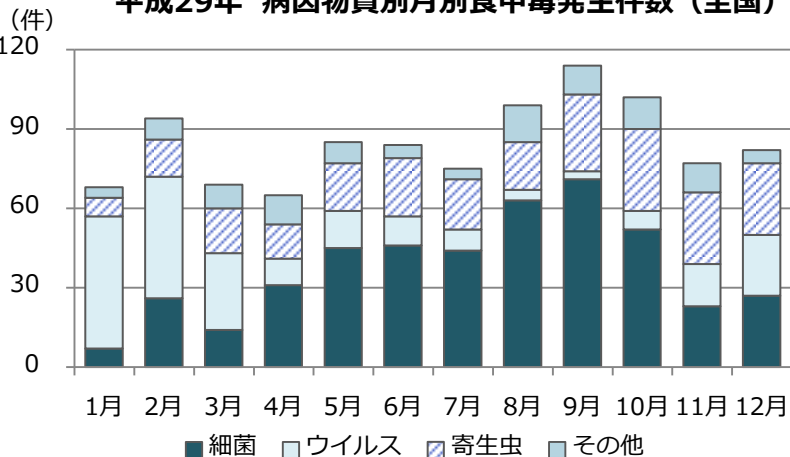


ネコ。
しゃべれる。

Q子：あ～暑い。このじっとりとした暑さこたえますね。こんなに蒸し暑いと元気がでませんね。

博士：元気になるものもいるぞ。食中毒の主な原因である細菌は、気温が高く、湿気が多くなる梅雨から夏にかけて増殖が活発になる、元気になるんじゃない。

平成29年 病因物質別月別食中毒発生件数（全国）



博士：このグラフは病因物質別の月別食中毒の発生件数じゃ。

気温が高くなる5月から10月にかけて細菌性食中毒が増えている。

Q子：食中毒は年間を通じて発生しているんですね。細菌性食中毒は気温が高い時期に、ウイルスが原因となる食中毒は寒い時期に多いですね。

Q子：外食をあまりしない私は、食中毒の心配はないですね！

テレビでは食中毒が飲食店で発生したというのを見かけますし、家庭の食事は大丈夫ですよ。

博士：飲食店での食中毒はメディアで取り上げられるため、食中毒は外食が原因だと思われがちじゃが、そばばかりでもない。家庭で発生しても全員に症状が出なかつたりして食中毒と認識されないことがある。家庭にも危険が潜んでいるということじゃ。

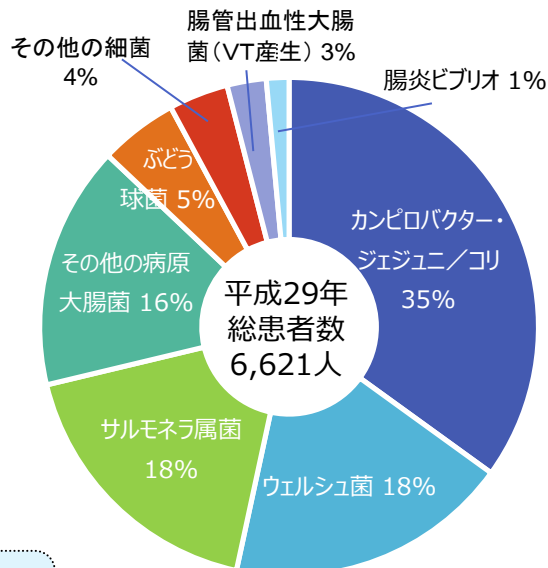
Q子：え～そうなんですか！どんな食中毒が多いのですか？

博士：右のグラフを見てほしい。細菌性食中毒のうち、患者数が1番多いのはカンピロバクター、2番目に多いのは、ウェルシュ菌じゃ。

Q子：カンピロバクター??ウェルシュ菌??

博士：Q子も大好きな、夏の暑い時期にもよく食べられるカレーは、ウェルシュ菌が増えやすいから注意が必要じゃ。

平成29年 細菌性食中毒患者数（全国）



参考：食中毒統計資料（厚生労働省）

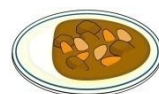
食中毒の原因となる細菌などは目に見えないため、どこにいるか分からないんだニャ～。
身の周りの至るところに存在している可能性があるんだニャ～。

ウェルシュ菌による食中毒

博士：1度に大量に作ったカレーや煮物などの煮込み料理を、大きな器や鍋のまま室温に置いておくことでウェルシュ菌が急速に増殖するんじゃない。

Q子：え～！カレーはたくさん作った方がおいしいし、1晩寝かせた方が私は好きなんですけど。。

博士：大好きなカレーで食中毒になっては、元も子もない。まずは、ウェルシュ菌の特徴を知ることじゃな。



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」



ウェルシュ菌

特徴	人や動物の腸管、土壌、水中など自然界に広く分布
	酸素を嫌う嫌気性菌
	熱に強い芽胞（耐久性の高い細胞構造）を作るため、高温でも死滅せず生き残る
原因食品	肉類、魚介類、野菜を使用した煮込み料理（カレー、シチュー、スープなど）
症状	腹痛、下痢
潜伏期間	約6～18時間（平均10時間）

博士：ウェルシュ菌は熱に強い芽胞を作る。芽胞は100℃、1～6時間の加熱にも耐えると言われておるんじや。つまり、食品を加熱調理しても他の細菌は死滅するが、耐熱性の芽胞は生き残るということじや。

Q子：加熱しても死滅させることができないなんて！

博士：また、ウェルシュ菌は酸素の無い状態を好む。加熱した食品の中心部は、酸素のない状態となり、食品の温度が発育に適した温度まで下がると発芽して急速に増殖を始める。

Q子：そんな。。

博士：食品の中で大量に増殖したウェルシュ菌が、食べ物とともに胃を通過し、小腸の中で増殖して毒素が産生され、その毒素の作用で下痢などの症状が起きるんじや。

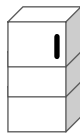
Q子：ついつい作りすぎてしまっていっぺんに食べきれないこともありますよ。どうしたらいいんでしょう？

予防のポイント

カレーや煮物などは、食べきれる量を作り、早く食べる。



保存する場合は、小分けにして急速に冷却し、冷蔵又は冷凍する。



再加熱する際は、よくかき混ぜながら全体を十分に加熱する。



博士：前日の調理は避け、加熱調理したものをなるべく早く食べてしまうことが1番であることは、言うまでもない。保存する場合は、小分けして流水などで急速に温度を下げ、粗熱がとれたら冷蔵庫などに入れることじや。

そして、食べる前にはよくかき混ぜながら中心部までしっかり加熱することじや。

Q子：そのまま一晩寝かしておいた方がよいと思っていました。これからは、きちんと保存し、しっかり加熱するようにします。

博士：暑くて食欲もなくなってきたし、今日はカレーにするかの～。

Q子：やったー！ちょうど食べたくっていたところですよ。

最近話題の食中毒

Q子：最近、テレビでアニサキスによる食中毒について報道していました。アニサキスとは何ですか？

博士：アニサキスは魚介類に寄生している寄生虫（線虫類）じや。

アニサキス

特徴	約2～3cmで、白色の少し太い糸状
原因食品	アニサキス幼虫が寄生している魚介類 サバ、サンマ、カツオ、アジ、イカなど
症状	数～十数時間後に激しいみぞおちの痛み、悪心、嘔吐。 十数時間後以降に、激しい下腹部痛、腹膜炎症状など。

予防のポイント

- ◆加熱する（60℃で1分、70℃以上）。
- ◆冷凍する（-20℃で24時間以上）。
- ◆新鮮な魚を選び、速やかに内臓を取り除く。内臓を生で食べない。
- ◆目視で確認して、アニサキス幼虫を除去する。

アニサキス幼虫は、魚が死亡すると内臓から筋肉へ移動するんだニャ～。

一般的な料理で使用程度の食酢での処理、塩漬、わさびではアニサキス幼虫は死滅しないんだニャ～。

最後までお読みいただきありがとうございました。

