

# 食中毒を防ぎましょう！

(公社) 福岡市食品衛生協会 F A X 情報サービス 平成 28 年 7 月 199 号

7 月に入り、高温多湿な日本の夏がやってきました。飲食店にとって、特に食中毒への注意が必要なシーズンの到来です。食中毒の予防に向け、より衛生管理を徹底するために欠かせないポイントをおさらいしたいと思います。

## 1. 食中毒の原因は？

夏場に流行する食中毒の原因は、細菌によるものが多くなります。食中毒細菌は、温度・水分・栄養などの条件がそろって増殖し、細菌や細菌がつくる毒素で汚染された食品を摂取すると食中毒が発生します。食中毒細菌にはカンピロバクター、サルモネラ、黄色ブドウ球菌、ウェルシュ菌などがあります。

## 2. どのように対策をすればよいですか？

細菌による食中毒の予防法としては、食中毒予防の 3 原則、「つけない・増やさない・やっつける」を徹底しましょう！

### 原則 1：菌をつけない！

不衛生な調理器具や取り扱いにより、食品が汚染されないようにすることが大切です。調理時はしっかり手を洗いましょう。調理器具は、洗浄・消毒し、乾燥させてから保管しましょう。食品に応じて調理器具を使い分け、相互汚染しないように適切に保管しましょう。

### 原則 2：菌を増やさない！

細菌の多くは温度管理が悪いと時間の経過と共に増えていきます。冷蔵が必要な食品は、放置せず速やかに冷蔵庫に移すことが大切です。冷蔵庫は詰めすぎに注意し、冷蔵庫内の温度も確認しましょう。調理済みの食品は、早く提供するようにしましょう。

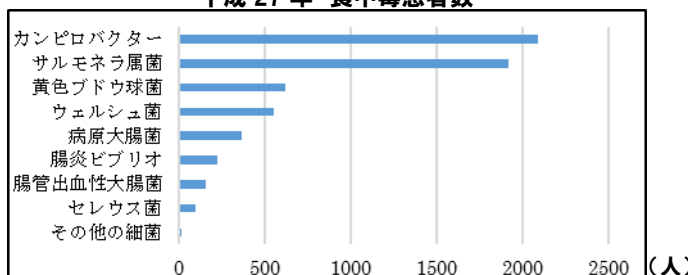
### 原則 3：菌をやっつける！

加熱が基本です！食品の中心部まで 75℃で以上で 1 分間以上加熱しましょう。しかし、食中毒を起こすウェルシュ菌は、食品中で熱に非常に強い芽胞の状態が存在します。カレー・シチューや野菜の煮物などを大量に調理後、そのまま室温で冷ます場合、ウェルシュ菌が残っていると、12℃～50℃では増殖する危険性があります。そのため短時間の保存なら 60℃以上に加熱し続ける、数時間以上の保存なら小分けにして素早く 10℃以下に冷却し、室温保存によるウェルシュ菌の増殖を防ぎましょう！



☆平成 27 年の食中毒統計によると、細菌による食中毒はカンピロバクターが原因の患者数が最も多かったようです。カンピロバクターは、鶏・牛・豚などの消化管内にいます。食肉はしっかり加熱して提供しましょう。

平成 27 年 食中毒患者数



厚生労働省ホームページより