



## 安心・安全な 食品の提供

# 食中毒予防の必要性

食品事故は命にかかわることがあります。食品製造者は衛生管理を深く理解・実践することで、食品事故を回避しなければいけません。食品製造はおお客様の命を預かっている仕事であることを自覚し、食品事故が起こらないように衛生管理を徹底しましょう。

### 食中毒予防の三原則

#### 1. 付けない

手指や器具類の洗浄や消毒、食品の区分け保管、調理器具を用途別に使い分けることなどが重要です。

#### 2. 増やさない

食品についた菌は、時間の経過とともに増加します。迅速に調理し、調理後は早く食べ、菌に増殖する時間を与えないことが大切です。

#### 3. やっつける

加熱できる食品は十分火を通します。冷蔵・冷凍の必要なものは、わずかな時間でも冷蔵・冷凍庫に保管しましょう。調理器具は洗浄した後、熱湯や塩素剤などで消毒することが大切です。

### 食中毒をおこす主な細菌・ウイルス

#### ノロウイルス

二枚貝を十分に加熱しないで食べた場合や、ウイルスに汚染された井戸水などを飲んで感染。近年発生しているノロウイルス中毒の約8割は調理従事者経由とされています。熱に弱い。アルコールが効きにくい。

十分に加熱されていないカキ、アサリ、シジミ

#### カンピロバクター

十分に加熱されていない肉(特に鳥肉)や、飲料水、生野菜などが原因となります。乾燥に弱く、加熱すれば菌は死滅します。

十分に火が通っていない焼鳥、  
十分に洗っていない野菜、井戸水や湧水

#### 黄色ブドウ球菌

人の皮膚、鼻や口の中にいる菌で、傷やニキビを触った手で、加熱した食品を素手で調理すると付着しやすくなります。毒素は熱に強く、加熱してもなかなか死滅しない。調理時は帽子・マスク・手袋を着用しましょう。

おにぎり、お弁当、巻き寿司、調理パン など

#### サルモネラ菌

十分に加熱していない卵・肉・魚などが原因となります。乾燥に強く、熱に弱い。特に卵や食肉に触れた手指はその都度洗浄・消毒しましょう。

生卵、オムレツ、牛肉のたたき、レバ刺し など

#### ウェルシュ菌

熱に強く酸素を嫌うため、大量に加熱調理するカレーやスープなどで発生しやすく、大規模食中毒の原因となります。再加熱する際は、提供直前によくかき混ぜながら十分な加熱を行いましょう。

カレー、シチュー、スープ、麺つゆなど

#### 腸管出血性大腸菌(O157、O111など)

十分に加熱されていない肉や生野菜などが原因となります。菌は十分に加熱すれば防げます。重症化すると、死亡することもあります。

十分に加熱されていない肉、牛レバー、  
よく洗っていない野菜、井戸水や湧水

#### E型肝炎ウイルス

加熱不足の豚の肉や内臓を食べたことが原因となります。熱に弱いので、生食を避け、中心まで十分に加熱すれば防げます。

十分に火が通っていない豚の肉やレバー

#### 腸炎ビブリオ菌

生の魚や貝などの魚介類が原因となります。塩分のあるところで増える菌で、3%前後の塩分濃度で良く増殖します。酸や真水、熱に弱い。室温で急激に増殖します。

刺身、寿司、魚介加工品

#### リステリア

自然界に広く分布する菌です。熱に弱いですが、低温や高塩分でも増殖できる特徴があります。免疫機能が低下している高齢者や妊婦は重傷化しやすいです。

加熱されていない乳製品、食肉・魚介類加工品、  
低温で長期保存された食品