

どうして起きるの？ 食中毒

次の三つの要因があります。

原因物質

魚類は海水中や海泥中にいる菌（病原ビブリオ）に汚染された状態で水揚げされます。

平成9年から食中毒菌に指定された小型球型ウイルス（SRSV）が急増しています。

肉類・卵類動物や、鶏、ネズミなどが保菌しているサルモネラ菌やカンプロバクター、ウエルシユ菌が原因となっています。

宿主

（菌に影響される人側の問題）

幼少時や高齢者は原因菌に対する抵抗力が低いため、感染する率が高く、健康状態が思わしくない状態でも食中毒が起こりやすくなります。

環境

食習慣、衛生環境、社会環境等があります。

しっかりと加熱、冷却（冷ます）がされていない食材の不適切な扱いや、手指や調理器具からの汚染が多く報告されています。

最近の食中毒

夏季の魚介類が原因



腸炎ビブリオ

海水温度が20 以上、最低気温が15 以上になると海水中で大量に増殖します。

予防のポイント

・調理前に真水（水道水）でよく洗

気をつけよう！ 食中毒

いよいよ夏本番。食中毒は年間を通して発生しますが、気温がぐんぐん上昇する夏季は特に気をつけたいものです。今回は「食中毒」について栄養管理室の伊東副室長にお話を伺いました。

冬季の貝類（カキ）が原因



小型球型ウイルス (SRSV)

・魚介類の触れたまな板 包丁もよく洗う。わずかな時間でも冷蔵するようにします。

SRSVは海水から貝類に取り込まれ、100個以下の少量のウイルスで感染します。

予防のポイント

・十分加熱する。
・貝類から手へ、手や貝類から調理器具等への二次汚染に十分注意が必要です。

一年を通して肉や卵が原因



サルモネラ菌

家畜等の腸管に高率に保菌されているため、肉や卵にサルモネラ菌が付着しています。

予防のポイント

・十分加熱する。
・生食（レバー刺、肉）を避ける。
・ネズミや害虫を駆除する。

ゆで卵

沸騰した湯
7分以上

目玉焼き

190
5分
フタをして

やっと死滅



取扱いが悪いと食品全体を汚染してしまう！