



©山口県

【発行】 やまぐち食の安心・安全推進協議会
(事務局) 山口県環境生活部生活衛生課
753-8501 山口市滝町1-1
TEL: 083-933-2974
FAX: 083-933-3079
E-mail: a15300@pref.yamaguchi.lg.jp



カンピロバクター食中毒に**要注意!**

近年、日本で発生している細菌性食中毒のなかで最も件数が多いのが
カンピロバクターによる食中毒です
中でも、**生・半生**や**加熱不足**の鶏肉から感染する事例が多くあります
カンピロバクターの特徴は以下の通りです

カンピロバクター



出典: 食中毒菌の電子顕微鏡写真
(内閣府 食品安全委員会)
https://www.fsc.go.jp/sozaishyuu/sho/kuchuudoku_kenbikyuu.html

✓特性

鶏や牛などが保菌、乾燥に弱い、通常の加熱調理で死滅する

✓感染源

鶏レバーやささみなどの刺身、鶏のタタキ、
消毒不十分な井戸水

✓潜伏期間

1~7日間

✓主な症状

下痢、腹痛、発熱、悪心、嘔吐、頭痛、悪寒、倦怠感など



食中毒予防のための3つのポイント

カンピロバクターによる食中毒を防ぐために、①加熱、②消毒、③保存の
3つのポイントに注意しましょう



①加熱

肉は十分に加熱しましょう。
加熱時のめやすは、中心部の
温度が75℃で1分間以上
加熱することです。
また、生や半生で食べることは
避けましょう。



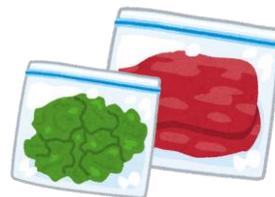
②消毒

調理器具や食器は、熱湯
で消毒し、よく乾燥させ
ましょう。
たわしやスポンジは煮沸
すると効果的です。



③保存

肉の保存時や調理時に、
肉と他の食材(野菜や果
物等)との接触を防ぎま
しょう。





細菌やウイルスは、はじめからお肉についていることがあるので、新鮮であっても生やよく焼けていないお肉を食べると食中毒を起こすことがあります

食品ごとに潜む細菌やウイルス

牛レバー

牛レバーの内部からは、腸管出血性大腸菌が検出されています。

腸管出血性大腸菌は、少数の菌（2～9個）でも、溶血性尿毒症症候群（HUS）や脳症などの重篤な疾患を併発し、死に至ることもあります。

（※牛レバーは生で食べられません）

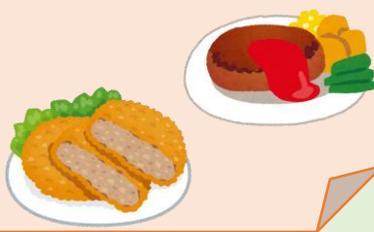


豚肉や野生鳥獣肉

豚やイノシシ、シカなどの肉や内臓（豚レバー等）を生で食べると、E型肝炎ウイルスに感染するリスクがあります。

E型肝炎は、平均6週間の潜伏期の後に発熱、悪心・腹痛等の消化器症状、肝腫大、肝機能の悪化が現れ、まれに劇症化し死に至る危険性もあります。

生のひき肉を使った製品メンチカツやハンバーグなどの生のひき肉から作られる製品は、動物の種類に関わらずひき肉に付着している病原体が中心部まで入ることがあります。



安全な家庭調理の心得



安全にお肉を調理するために

加熱調理する際は、中心部まで十分に火を通し、赤味がなくなるまで加熱してください。75℃で1分間以上加熱すれば、腸管出血性大腸菌などの病原微生物は死滅します。



ハンバーグを焼くときに注意すべきことは？

外側が焼けていても、中は生焼けになっていることがあるので、フライパンにふたをして、中火で中心部までじっくり火を通すことが大切です。

また、中心部まで十分に火が通り、肉汁が透明になって中心部の色が変わるまで加熱すれば、食中毒の原因となる病原体は死滅し、おいしく安全に食べられます。



▲生焼けのハンバーグ

生食の規制について



平成24年7月：食品衛生法に基づいて、**牛のレバー**を生食用として販売・提供することを禁止

平成27年6月：食品衛生法に基づいて、**豚の肉や内臓**を生食用として販売・提供することを禁止

