

注意!

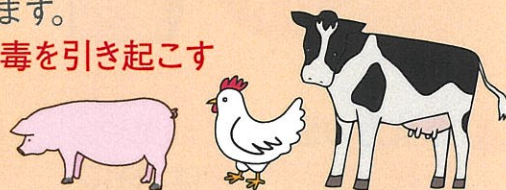


食肉は「新鮮だから生でも大丈夫」はまちがいです!

とり刺しなどの生肉料理や、加熱不足の肉やレバーを食べたことによる腸管出血性大腸菌食中毒やカンピロバクター食中毒が全国的に増えています。

牛、豚、鶏などの動物は人に対して食中毒を引き起こす細菌(カンピロバクター、腸管出血性大腸菌、サルモネラ)やE型肝炎ウイルスを体の中に持っている場合があります。このため、お肉として処理するとき、肉やレバーの表面に細菌がつく場合があります。

レバーでは内部に食中毒を引き起こす細菌が入り込んでいる場合があります。



カンピロバクター

- ・少量の菌数でも発症
- ・潜伏期間は1〜7日と長い
- ・乾燥と熱に弱い
- ・稀にギランバレー症候群※を発症



主な原因食品

とり刺し、加熱不足の肉、生レバー(牛・鶏)

※ 手足の麻痺や歩行困難、呼吸困難(重症時)など

腸管出血性大腸菌(O157など)

- ・少量の菌数でも発症
- ・潜伏期間は1〜10日と長い
- ・ペロ毒素という強力な毒素をつくる
- ・溶血性尿毒症症候群(HUS)※を併発すると、死にいたることも



主な原因食品

加熱不足の牛肉、牛生レバー、井戸水、未殺菌の牛乳など

※貧血やけいれん、急性腎不全など

サルモネラ

- ・潜伏期間は6〜72時間
- ・長期に渡り保菌することもある(健康保菌者)

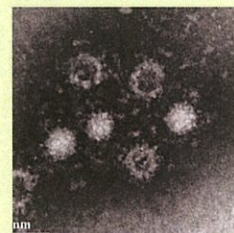


主な原因食品

とり刺し、鶏卵、加熱不足の肉、生レバー(牛・豚・鶏)

E型肝炎ウイルス

- ・潜伏期間は2〜9週間(平均6週間)
- ・一過性の感染
- ・稀に劇症化することあり
- ・妊婦は特に注意(劇症化しやすい)



※生シカ肉での食中毒事例有り
※イノシシ肉や豚肉からも検出



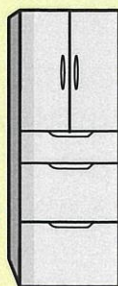


動物の肉やレバーは鮮度に関係なく
加熱不足により食中毒を起こすことがあります。
※一般に、市販されている肉の大部分は加熱調理用です。

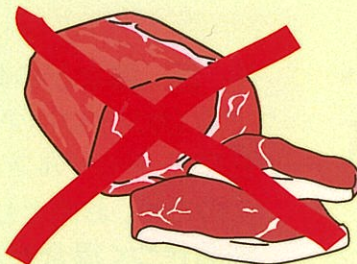
食肉等の喫食による食中毒の
発生を予防するための
重要なポイント

- 1** 食肉は、細菌が
増殖しないように
低温保存(10℃以下)
に努める

10℃
以下



- 2** 食肉やレバーなどの内臓を、
生のまま、もしくは加熱不
十分な状態で食べない



- 3** 細菌は加熱により死滅する
ので、食肉や内臓などは、**中心
部まで加熱**(75℃、1分以上)する



- 4** 抵抗力の弱い、乳幼児や
妊婦、お年寄り等は、特に
注意する



- 5** 生肉をさわったら手をよく
洗う



- 6** 生肉を扱ったトングや箸、
まな板や包丁などは、焼き上
がった肉やサラダなどを食べ
たり、調理したりするときには
使わない



生肉の調理に使った包丁やまな板などは、
洗剤でよく洗い、熱湯や漂白剤で消毒しましょう

三原則
食中毒予防の

細菌をつけない
持ち込まない!

- ・手洗い
- ・身だしなみ

細菌を
増やさない!

- ・温度管理
- ・計画的に作り
作り置きは避ける

殺菌する!

- ・加熱消毒して、
細菌を死滅
させる