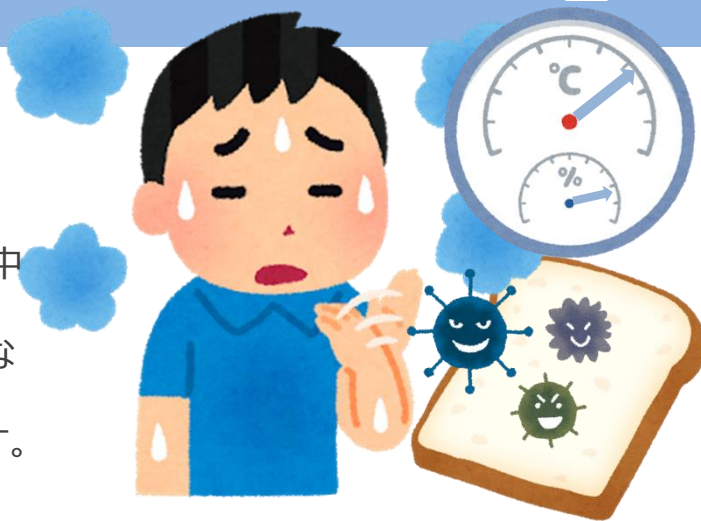


衛生通信

7

夏目前 細菌性食中毒にご注意！

梅雨の時期から夏時期にかけて、細菌による食中毒に特に注意が必要な季節です。
暖かく湿気が多いこの時期は、食中毒の原因となる細菌の増殖が活発になりますので、
細菌性食中毒の予防対策についてご紹介します。



細菌性食中毒とは？

細菌性食中毒は、感染型と毒素型に分類されます。

感染型

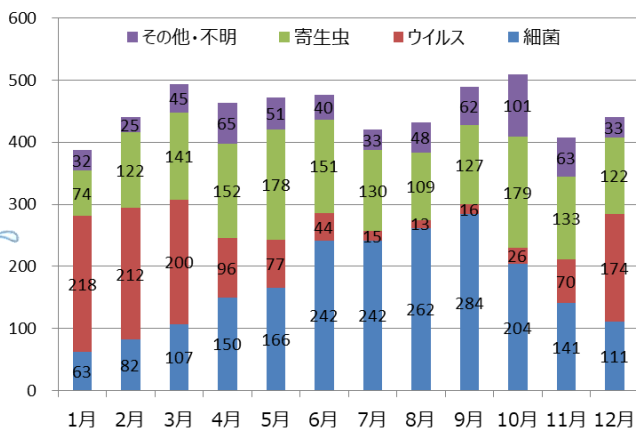
食品内で細菌が増殖し、食品とともに体内に入った細菌が、腸管の表面に定着したり、腸管細胞の内部に感染して起こる食中毒をいいます。

毒素型

食品内で細菌が産生した毒素を摂取することで起こる食中毒です。

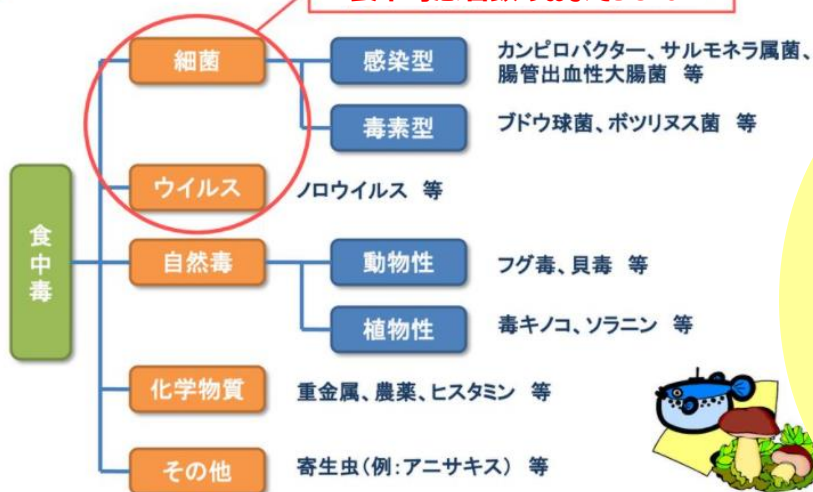


＜過去5年の食中毒要因別事件数 平成28～令和2年＞



厚生労働省「食中毒統計」より

食中毒患者数のおよそ90%



腸管出血性大腸菌
やカンピロバクター
による食中毒は、少
ない細菌数で発症
するとされている
ため注意が必要で
す！



厚生労働省安全部安全監視課資料より

細菌性食中毒を予防するには「食中毒予防の3原則」が重要です！

忙しいからこそ
衛生管理を徹底

食中毒予防の3原則 「つけない」「増やさない」「やっつける」



二度手洗いを
実施しましょう

予防対策は実践できていますか？チェックリストでチェック！

「つけない」

調理器具や手を清潔にし、食品へ細菌の二次汚染を防止する

- ☐ 手にはさまざまな雑菌が付着しています。細菌を食べ物に付けないように、手洗いが必要なタイミング時に必ず手を洗いましょう。
- ☐ 生肉や魚などを切ったまな板等の器具から、加熱しないで食べる野菜等に細菌が付着しないよう、洗浄・消毒を徹底しましょう。
- ☐ 食品を保管するときは、他の食品に付いた細菌が付着しないよう、密封容器に入れたり、ラップをかける等カバーをしましょう。

手洗いのタイミング

- ・入室前
- ・調理や盛付作業を始める前
- ・生の肉や魚、卵などを取り扱う前後
- ・トイレにいった後
- ・清掃作業後



「増やさない」

細菌の多くは30～40℃で活発に増殖するため
食品を保存する温度を徹底し細菌の増殖を防止する

- ☐ 生食用の食材・食品は、すみやかに冷蔵庫・冷凍庫に入れましょう。
- ☐ 加熱後の食品を含め、調理後すぐに喫食しない食品は、10℃以下（鮮魚は5℃以下）または65℃以上で保管しましょう。
- ☐ 加熱後の食品を冷ます場合は、20～50℃の間を出来る限り、すみやかに通過させ冷却しましょう。冷却後はすぐに冷蔵庫で保管！

「時間」と「温度」の
管理がポイント！



「やっつける」

ほとんどの細菌は加熱により死滅するため
しっかり加熱し細菌をやっつける

- ☐ 食品の中心部を75℃で1分間以上加熱しましょう。
（ノロウイルスの場合は食品の中心部を85～90℃で90秒以上加熱する）

感覚や慣れだけの
判断は危険



常温放置は厳禁！



食中毒対策を徹底し、安心・安全な食事を提供しましょう

食中毒クイズ

- Q1：細菌性食中毒は冬時期に多発する
Q2：カンピロバクターは少量の細菌数で感染する
Q3：細菌が増殖する3条件は「水分・温度・栄養」である

答えはこのページの左下にあります

新型コロナウイルス
に関する情報はこちら

ニイタカホーム
ページに新型コロナ
ウイルスに関する
情報を掲載して
おります！

