

# 8月は「食品衛生月間」 みんなで防ごう！食中毒

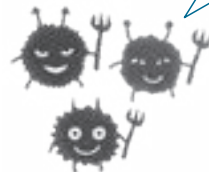


■問／保健所衛生課  
☎597-6358

細菌による食中毒の中には、重症化して命に関わるものもあります。夏は気温が高くなり、特に**細菌による食中毒**が増加しますので、食品の取り扱いに注意しましょう。

食中毒というと、飲食店での食事が原因と思われがちですが、毎日食べている家庭の食事でも発生しています。**食中毒予防3原則**を徹底して夏を元気に乗り切りましょう。

夏の暑さと  
食べ物の栄養で  
どんどん増えるぞ！



## 食中毒予防3原則

### つけない！

#### ◆食品に菌をつけない！

- 手や洗える食べ物は、しっかり洗おう。
- 生肉や生魚はしっかり包んで、他の食べ物とくっつけない。
- まな板や包丁などは、生肉や生魚とそのまま食べる物で使い分け、使ったらすぐ洗おう。



### 増やさない！

#### ◆食品を長時間室温に放置しない！

- 生ものや料理は早く食べよう。
- 保存するときは冷蔵庫、冷凍庫にすぐにしまおう。
- 冷蔵庫や冷凍庫に入れるものは7割程度にし、詰め込みすぎに注意しよう。



### やっつける！

#### ◆しっかり加熱・殺菌しよう！

- 加熱して調理する食品は十分に加熱しよう。  
※目安は中心部分の温度が75℃で1分以上。
- 食器や調理器具などは洗剤でよく洗い、熱湯や台所用殺菌剤などで消毒しよう。

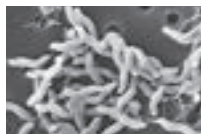


## 夏場に多い細菌性食中毒

他にも腸管出血性大腸菌やウェルシュ菌などがあります。

### カンピロバクター

市内で3年連続食中毒発生中！



(提供:食品安全委員会事務局資料)

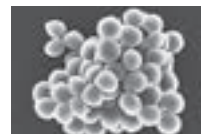
- 牛や豚、鶏、猫や犬などの腸の中にいる細菌で、加熱前の肉(特に鶏肉)に付いています。
- 少しの菌量でも食中毒を引き起こします。**
- 胃腸炎症状だけでなく、まれに神経まひなどの後遺症が残る場合があります。

#### 過去の原因食品

- ◆生焼けの肉や鶏刺しなど肉の生食
- ◆生肉を扱った後の手指や調理器具により汚染された食品

### 黄色ブドウ球菌

手洗いと手袋などの活用を！



(提供:国立感染症研究所)

- 化膿創、喉や鼻の中、皮膚などにいる細菌で、健康な人でも約40%が保菌しているといわれています。
- 食べ物の中で増殖する際に毒素(エンテロトキシン)を作ります。菌自体は熱に弱いですが、この毒素は100℃で20分の加熱でも分解されません。
- 毒素を食品と一緒に食べることにより発症します。

#### 過去の原因食品

- ◆おにぎり、仕出し弁当など

食べ残してから時間が経ちすぎて、ちょっとでも怪しいと思った食品は、思い切って捨てましょう。もしお腹が痛くなったり、下痢をしたり、気持ちが悪くなったりしたら、かかりつけのお医者さんに相談しましょう。

⑤



臨時災害  
ラジオ放送

万一災害が発生した場合、市は、FMポコ(76.2MHz)を「臨時災害ラジオ放送局」として、避難所やライフラインなどに関する緊急情報をお知らせします。 ●問／危機管理室☎525-3793