

第5章

市場衛生ニュース



自然毒による食中毒に注意！！

例年、春先から初夏にかけて有毒植物の誤食による食中毒が多く発生しており、令和3年もスイセン、イヌサフラン、バイケイソウ等の有毒植物の誤食による食中毒事例が15件(患者20名)発生しています。

令和4年4月、家庭菜園で採れたグロリオサの球根を食べたとみられる宮崎県内の60代の男性が、食中毒で死亡しました。

食用であると確実に判断できない植物は、「採らない」、「食べない」、「売らない」、「人にあげない」ようにしましょう！



🚫 グロリオサ

中毒症状

口腔・咽頭灼熱感、発熱、嘔吐、下痢、背部疼痛などを発症し、臓器の機能不全などで、死亡することもあります。

間違えやすい食べられる植物

ヤマイモの根

食用と間違えやすい有毒植物の例



❌ スイセン・スノーフレーク

中毒症状

食後30分以内で、吐き気、嘔吐、頭痛など。(スイセンでは、悪心、下痢、流涎、発汗、昏睡、低体温などもある。)



間違えやすい食べられる植物

ニラ(スイセンは、ノビルやタマネギにも間違われやすい)



❌ イヌサフラン

中毒症状

嘔吐、下痢、皮膚の知覚減退、呼吸困難。

間違えやすい食べられる植物

(葉)ギョウジャニンニク、ギボウシ
(根)ジャガイモ、タマネギ など



❌ バイケイソウ

中毒症状

嘔吐、下痢、手足のしびれ、めまいなどの症状が現れ、死亡することもある。

間違えやすい食べられる植物

オオバギボウシ(ウルイ)、ギョウジャニンニク など

写真:厚生労働省HPより引用

発行: さいたま市保健所 食品衛生課 市場監視係

Tel:048-662-7575

Fax:048-652-1536

さいたま市場ニュース Vol.2

令和4年6月3日作成

細菌性食中毒を予防しましょう！

気温・湿度が高いと食べ物が腐りやすく、細菌性食中毒が起きやすくなります。食中毒予防3原則を守ることが大切です。

食中毒予防3原則

つけない

- 調理前の**手洗いの徹底**
- 調理器具の**洗浄・消毒、使い分け**



増やさない

- 生鮮食品はすぐに**冷蔵庫へ**
- 冷凍・冷蔵設備の不足時には、**冷媒等を活用**

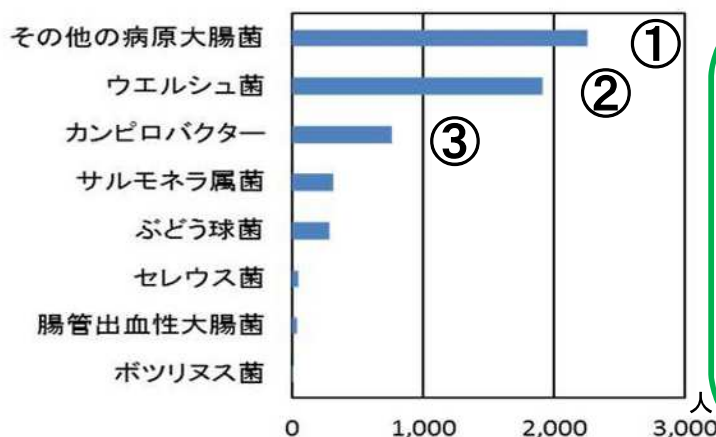
やっつける

- 食品は中心部までしっかり**加熱(75℃・1分以上)**



R3年細菌性食中毒 原因菌別患者数

厚生労働省食中毒統計資料より



① 病原大腸菌 (腸管出血性を除く)

原因食品:

加熱不十分な食肉、
汚染された生野菜
など様々な食品



症状: 腹痛、下痢

予防: 十分に加熱調理する。
生食用野菜はよく洗浄消毒をする。

② ウエルシュ菌

原因食品: 大量に調理
されるカレーやスープ

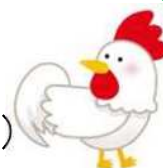


症状: 腹痛、下痢

予防: 加熱調理した食品を長時間
室温に放置しない。十分な再加熱。

③ カンピロバクター

原因食品: 生または加熱
不十分な食肉(とくに鶏肉)



症状: 下痢、腹痛、発熱

予防: 生または加熱不十分な鶏肉を
食べない。十分に加熱調理する。

器具類の洗浄・消毒

①洗浄

水や洗剤などを用いて、汚れや微生物を取り除く
→ 十分に流水で洗う

表示を確認し、
適切な濃度、使用量
、使用方法を
守りましょう！！



②消毒

消毒剤を使用する場合は、器具の材質や形状によって使い分ける

主な消毒	方法・注意点
煮沸(ふきん等)	沸騰したお湯の中で消毒を行う。
アルコール製剤 (手指や調理器具類)	水分を完全に取り除いてから使用する。 引火性が高いので火の近くでは注意する。
次亜塩素酸ナトリウム (調理器具類)	消毒液に漬け置きしてから流水で十分にすすぐ。 金属腐食性が強いので注意。

食品の保存温度を知っていますか？

食品衛生法で保存温度が規格基準により定められている食品があります。

保存温度	食品の例
-15℃以下	冷凍食品、冷凍ゆでだこ、冷凍ゆでがに、冷凍食肉製品、生食用冷凍かき、冷凍魚肉練り製品 等
4℃以下	生食用食肉、ローストビーフ、生ハム 等
10℃以下	牛乳、食肉、生食用かき、生食用鮮魚介類、ゆでだこ、ゆでがに、鯨肉、鯨肉製品、一部の魚肉練り製品 等

- ・保存温度が規格基準により定められていない食品
- ・表示等に規格基準以下の温度が記載されている食品



表示等の保存温度を守りましょう!!

賞味・消費期限は、表示に記載のある保存温度で適切に保存した場合の期限です！



アニサキスによる食中毒の報告数が急増しています！

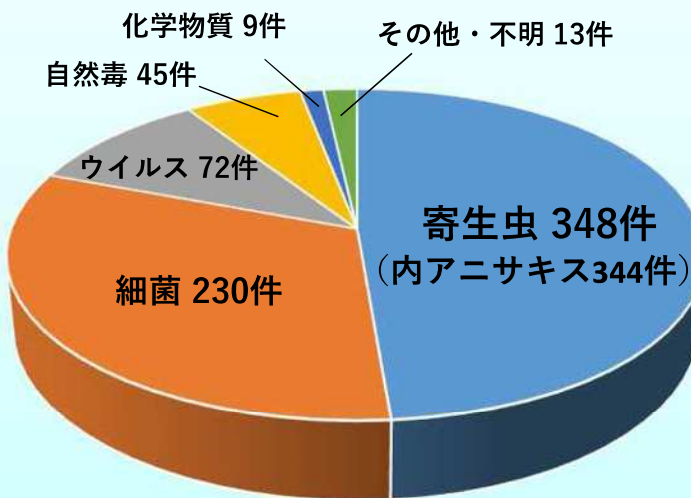
令和4年現在報告数
(R4.1.1~R4.6.30)

158件

厚生労働省食中毒統計より

アニサキス食中毒の発生状況について

令和3年 病因物質別食中毒発生件数



アニサキス食中毒発生件数 (年次別)



厚生労働省食中毒統計より



アニサキス食中毒の症状は??

- 1 急性胃アニサキス症 (食後数時間~十数時間)
みぞおちの激しい痛み、悪心、嘔吐
- 2 急性腸アニサキス症 (食後十数時間~数日)
激しい下腹部痛、腹膜炎症状

※ 多くが急性胃アニサキス症です。

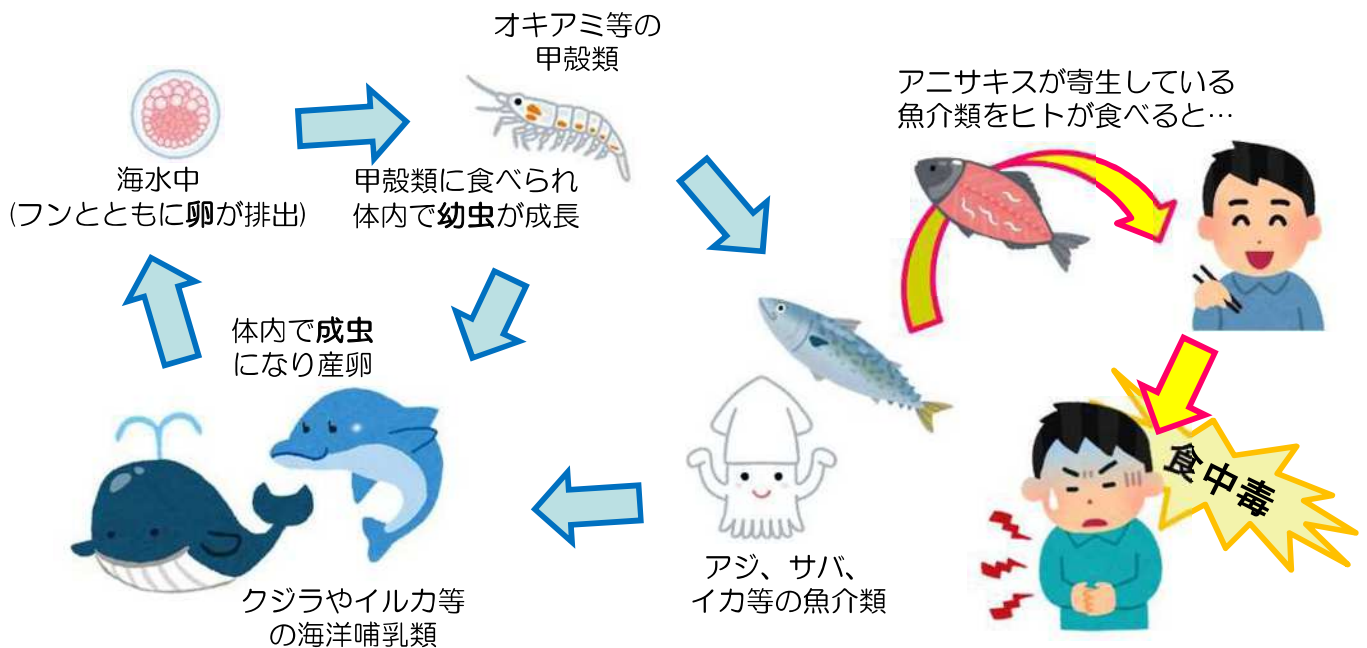
※ 激しい腹痛があり、アニサキスによる食中毒が疑われる際は速やかに医療機関を受診してください。





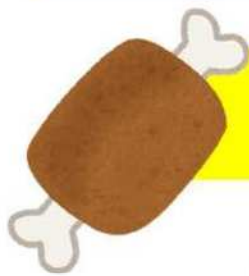
アニサキスの特徴は？

- 1 長さ2～3cm、幅0.5～1mmの白色糸状の寄生虫です。
- 2 魚介類やクジラ、イルカ等の体内に寄生し、幼虫が寄生した魚介類を食べることで食中毒を起こします。
- 3 アニサキスは魚介類の内臓に多く寄生しており、筋肉部へも移行することが知られています。



アニサキス食中毒予防のポイント！

- 1 **新鮮な魚**を選び、**速やかに内臓を取り除きましょう。**
 - 2 **目視で確認**して、アニサキスを除去しましょう。
 - 3 **冷凍する** (-20℃で24時間以上)
 - 4 **加熱する** (70℃以上、または60℃なら1分)
- *注意***
一般的な料理で使う食酢での処理、塩漬け、醤油やわさびでは、アニサキスは死滅しません。



お肉はよく焼いて食べましょう

生肉には食中毒の原因となる細菌やウイルス、寄生虫が付着している可能性があります。

細菌やウイルス、寄生虫は熱により死滅するので、加熱により食中毒を防ぐことができます。

牛・豚の肝臓や豚肉(内臓を含む)を生食用として販売・提供することは**法律で禁止されています**。

☆ 生食用の基準を満たした牛肉・馬肉以外は、すべて加熱用です。



加熱で食中毒予防！

★ 牛・豚の肝臓や豚肉、鶏肉は中心部まで十分に火が通り、中心部の色が変わるまで、加熱してください。

★ 中心部まで**75℃**で**1分間**以上加熱すれば、腸管出血性大腸菌やカンピロバクターなどの病原微生物は死滅します。

★ 特に細かい肉を固めた「成形肉」や「ハンバーグ」などは、中心部までの加熱が必要です。



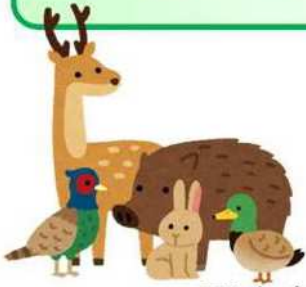
これも重要！

手指や調理器具についての病原微生物が他の食品を汚染してしまう**2次汚染**にも注意しましょう。

生肉を取り扱った後は十分に手を洗ってから他の食品を取り扱うようにしましょう。また、生肉に触れた調理器具等は使用後にしっかりと洗浄・消毒を行って、2次汚染を防ぎましょう。



ジビエが原因の食中毒に注意しましょう



ジビエとは、シカ、イノシシ、クマなど狩猟の対象となり、食用とする野生鳥獣、又はその肉のことです。

狩猟解禁日
11月15日
(埼玉県)



野生鳥獣は家畜とは違い、飼料や健康状態などの衛生管理が行われていません。そのため、旋毛虫(トリヒナ)などの寄生虫や、E型肝炎ウイルス、病原大腸菌、サルモネラ属菌、カンピロバクターなどの病原菌を高率で持っている可能性があります。

ジビエを食べる際には、十分加熱して食べるようにしましょう!

最近のジビエが原因の食中毒 (厚生労働省に報告があるもの)

- ・シカ肉 を原因とする **E型肝炎ウイルス** による食中毒 (2003年)
- ・イノシシ肉 を原因とする **E型肝炎ウイルス** による食中毒 (2005年)
- ・クマ肉 を原因とする **旋毛虫** による食中毒 (2016・2018・2019年)

E型肝炎ウイルス

感染源:シカ、イノシシなど
潜伏期間:3~8週間(平均6週間)
症状:発熱、悪心、腹痛等の消化器症状、肝腫大、肝機能の悪化。
妊婦が感染すると劇症化しやすい(死亡例有)。

旋毛虫(トリヒナ)

感染源:クマ、タヌキなど
潜伏期間:3日~5日(消化管侵襲期)
症状:筋肉痛、発熱、悪寒、浮腫、好酸球増多。最悪の場合には、呼吸麻痺を引き起こすことにより死に至る。



飲食店、販売店の方へ

ジビエ(野生鳥獣の肉)を飲食店や販売店などで調理・販売する場合、食品衛生法に基づく営業許可を取得した施設において解体が行われた肉を仕入れなければなりません。



8

発行: さいたま市保健所 食品衛生課 市場監視係

Tel:048-662-7575

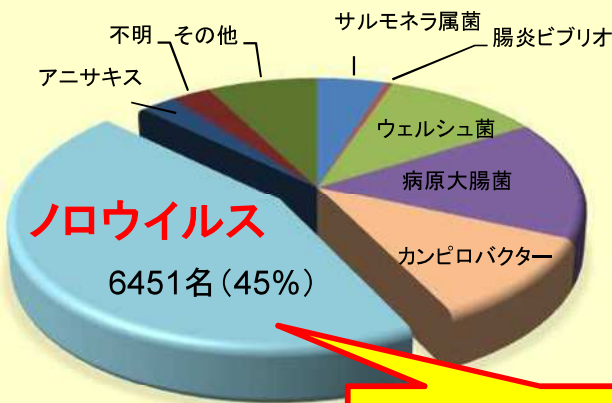
Fax:048-652-1536

冬は特に要注意！ 流行前からノロウイルス対策を



ノロウイルス食中毒の発生状況について

病因物質別食中毒患者数（年間）
※平成29年度～令和3年度平均



患者数の約半数はノロウイルス！

ノロウイルスによる食中毒発生件数（月別）
※平成29年度～令和3年度平均



12月～3月に発生件数急増！

厚生労働省食中毒統計より

ノロウイルスの主な感染経路は？

① 食品⇒ヒト

●ウイルスに汚染された食品（二枚貝等）を、生又は加熱不十分で食べることにより感染

●感染者が調理することで手指等を介して食品を汚染し、その汚染食品を食べることにより感染



② ヒト⇒ヒト

●感染者の糞便や嘔吐物に触れることによる感染

●感染者の手指等に付着したウイルスがドアノブ等の環境を汚染し、その汚染箇所に接触することによる感染

●家庭や施設内等での飛沫等による感染



ノロウイルス予防のポイント

★ 作業前の手洗い

- ・ 汚れの残りやすいところは念入りに洗いましょう

指先、指の間、爪の間
親指周り、手首、手の甲

手洗いは、
2度洗いが効果的
だよ!!



★ 健康管理

- ・ 作業開始前に 健康状態を確認し、責任者に報告する
- ・ 症状があるときは、調理に従事しない、させない



★ 食品の十分な加熱

- ・ 汚染の恐れのある二枚貝などの食品は
中心部まで85℃～90℃で90秒以上の加熱調理



★ 調理器具の消毒

- ・ 次亜塩素酸ナトリウム(200ppm)での消毒
- ・ 洗剤等で十分に洗浄し、熱湯(85℃以上)で1分以上加熱



塩素消毒液の作り方と使用方法

※塩素濃度5～6%の漂白剤を使用する場合

塩素系漂白剤（次亜塩素酸ナトリウム）を水で薄めて「塩素消毒液」を作る方法
*ペットボトルのキャップは1杯で約5mL入ります

- ①調理器具や食器、ドアノブ等の日常的な消毒（200ppmの塩素消毒液）
→漂白剤10mL（キャップ約2杯）＋水3L



- ②嘔吐物などの処理（1000ppmの塩素消毒液）
→漂白剤50mL（キャップ約10杯）＋水3L



10

発行：さいたま市保健所 食品衛生課 市場監視係

Tel:048-662-7575

Fax:048-652-1536