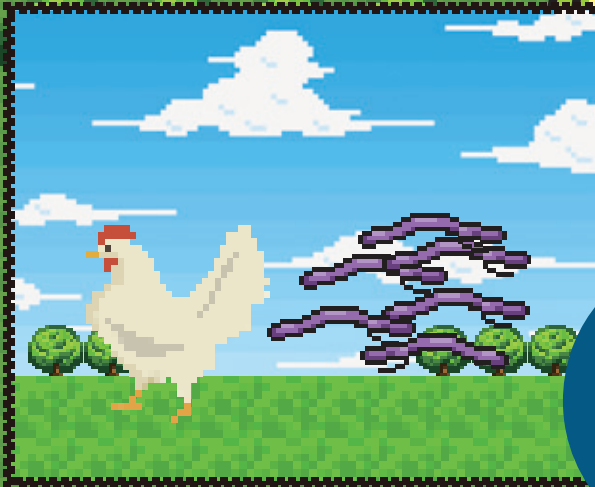


## 2大モンスターが あらわれた！



### カンピロバクター

発生日 XX年Y月某日  
発生場所 国内某所 焼鳥店  
事件の概要  
店主が「新鮮だから大丈夫」という誤認識で、鳥刺しを提供。  
お客さんは2日後に高熱・下痢・腹痛を発症。



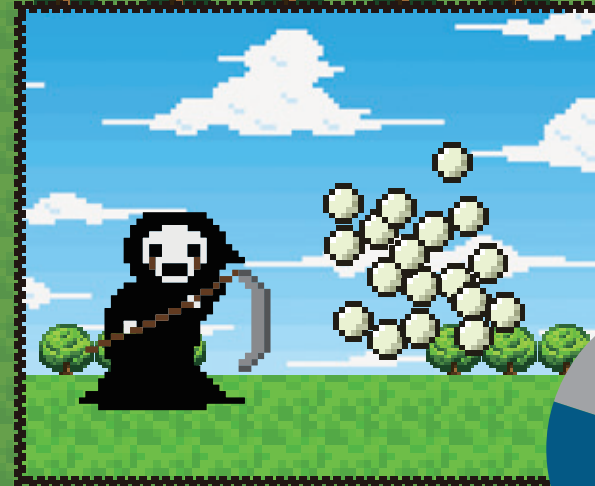
カンピロバクター  
食中毒  
(2017年)  
95%

- ▶ 攻撃① 生又は加熱不十分な食肉を提供しない
- ▶ 攻撃② 食肉を触った後は衛生的手洗い(2回繰り返す)
- ▶ 攻撃③ 調理器具の洗浄・消毒、使い分け
- ▶ 攻撃④ ほかの食品を汚染しないよう容器等に入れて保管

生又は加熱不十分な鶏肉の  
関与が疑われる！

### ノロウイルス

発生日 YY年Z月某日  
発生場所 国内某所 宴会場  
事件の概要  
下痢をしていたが無理をして作業。  
忙しさで手洗いがおろそかに。1日  
後、120人の参加者が犠牲に！  
おう吐と下痢を発症。



ノロウイルス  
食中毒  
(2016年)  
80%

- ▶ 攻撃① 体調不良時は調理しない
- ▶ 攻撃② 調理前・トイレの後は衛生的手洗い(2回繰り返す)
- ▶ 攻撃③ ノロウイルスを含む可能性のある食品は  
85～90℃ 90秒以上で加熱

調理従事者により汚染  
された食品が原因！

## モンスター図鑑



### 鶏肉にはびこる 事件数上位の常習犯

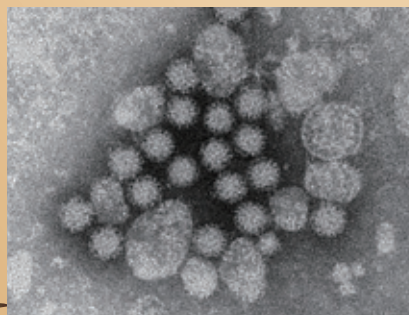


カンピロバクター

|      |                                                                                                                |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 症 状  | 発熱、下痢、腹痛                                                                                                       |
| 潜伏期間 | 1～7日(比較的長い)                                                                                                    |
| 原因食品 | 未加熱・加熱不十分な鶏肉・その他の食肉、鶏肉・その他の食肉から二次的に汚染を受けた食品、飲料水                                                                |
| 予防方法 | ・生又は加熱不十分な鶏肉・その他の食肉を提供しない(新鮮でも×)<br>・食肉を触った後は衛生的手洗い(2回繰り返す)<br>・調理器具の洗浄・消毒、使い分け<br>・ほかの食品を汚染しないよう容器等に入れて区分けて保管 |

▶ 効果的な攻撃 やっつける(加熱) つけない

### 年中ひっきりなし！ 驚異の感染力で大事件を引き起こす



ノロウイルス

|      |                                                                                                                                                  |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 症 状  | 吐き気、おう吐、激しい下痢、腹痛、頭痛                                                                                                                              |
| 潜伏期間 | 24～48時間                                                                                                                                          |
| 原因食品 | 調理従事者から汚染を受けたあらゆる食品、二枚貝                                                                                                                          |
| 予防方法 | ・体調不良時は調理しない<br>・調理前、トイレの後は衛生的手洗い(2回繰り返す)<br>・ノロウイルスを含む可能性のある食品は85～90℃ 90秒以上で加熱<br>・トイレに行くときは作業着を脱いで、トイレは専用の履物で<br>・おう吐物が付着した食器等は、調理室に返却する前に消毒する |

不顕性感染者(症状がない感染者)による食中毒に注意。ウイルスを排出しています。  
また、下痢等の症状から回復した患者も、長い場合1ヶ月程度ウイルスを排出することがあります。

ノロウイルス  
食中毒の  
55%

▶ 効果的な攻撃 つけない やっつける(塩素消毒)

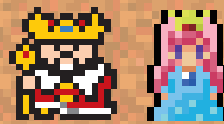
### 死をもたらす凶悪モンスター



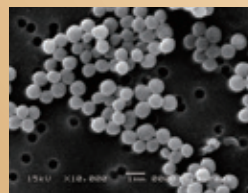
腸管出血性大腸菌

|      |                                                                                                          |
|------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 症 状  | 激しい腹痛、水様便、血便、溶血性尿毒症症候群(HUS)(合併症)                                                                         |
| 潜伏期間 | 4～8日                                                                                                     |
| 原因食品 | 加熱不十分な調味肉・結着肉・挽肉、浅漬け、サラダ                                                                                 |
| 予防方法 | ・調理前、トイレの後は、食肉を触った後は衛生的手洗い(2回繰り返す)<br>・調味肉・結着肉・挽肉は中心部まで十分加熱する<br>・調理器具の洗浄・消毒、使い分け<br>・野菜はよく洗い、必要に応じて殺菌する |

▶ 効果的な攻撃 つけない やっつける ふやさない



### 手荒れや傷口に潜伏する毒素産生集団



黄色ブドウ球菌

|      |                                                           |
|------|-----------------------------------------------------------|
| 症 状  | 激しい吐き気、おう吐、腹痛、下痢                                          |
| 潜伏期間 | 6時間から3日                                                   |
| 原因食品 | おにぎりなど穀物加工品、弁当、調理パン                                       |
| 予防方法 | ・調理前は衛生的手洗い(2回繰り返す)、調理中は顔や髪に触らない、手に傷がある場合は対処する。食品を低温で保管する |

### 加熱に対して不死身の厄介者

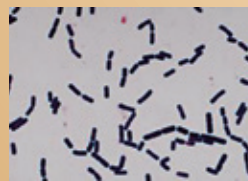


ウェルシュ菌

|      |                         |
|------|-------------------------|
| 症 状  | 水溶性の下痢、腹痛               |
| 潜伏期間 | 6～18時間                  |
| 原因食品 | 大量調理されたカレー・スープなど煮込料理、弁当 |

#### セレウス菌

|      |                      |
|------|----------------------|
| 症 状  | おう吐 又は 下痢            |
| 潜伏期間 | おう吐 1～5時間 下痢 8～16時間  |
| 原因食品 | チャーハン・パスタなど穀物加工品、スープ |



セレウス菌

- ・大量に作り置きをしない
- ・冷却は食中毒菌の発育しやすい20～50℃を素早く通過させる
- ・再加熱はかき混ぜながら(ウェルシュ菌)

### どこにでも潜伏するしたたかさ



サルモネラ

|      |                                                                         |
|------|-------------------------------------------------------------------------|
| 症 状  | 腹痛、下痢、発熱、おう吐、頭痛                                                         |
| 潜伏期間 | 5～72時間                                                                  |
| 原因食品 | 食肉や卵から汚染を受けた食品、割り置きした卵                                                  |
| 予防方法 | ・食肉や卵を触ったら衛生的手洗い(2回繰り返す)<br>・食肉は中心部まで加熱、食肉や卵を扱った器具の洗浄・消毒<br>・卵の割り置きはしない |

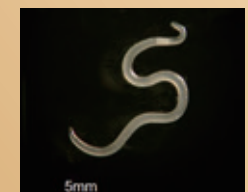
### 海水から魚介類を汚染する 増殖力の鬼



腸炎ビブリオ

|      |                                                       |
|------|-------------------------------------------------------|
| 症 状  | 腹痛、下痢、吐き気、おう吐、発熱                                      |
| 潜伏期間 | 8～24時間                                                |
| 原因食品 | 刺身、寿司                                                 |
| 予防方法 | ・短時間でも常温に置かず必ず冷蔵保管<br>・魚介類を水道水で洗う<br>・魚介類を扱った器具の洗浄・消毒 |

### 胃壁に鋭く食い込むこわい寄生虫



アニサキス

|      |                                                                    |
|------|--------------------------------------------------------------------|
| 症 状  | 激しい腹痛、吐き気、おう吐、蕁麻疹                                                  |
| 潜伏期間 | 2～8時間又は10時間以降                                                      |
| 原因食品 | 魚介類(サバ、サンマ、カツオ、イナダ、イワシ、イカ、アジなど)                                    |
| 予防方法 | ・加熱か冷凍(-20℃で24時間以上)<br>・内臓を早めに取り除く<br>・内臓に近い部分の目視確認・除去(アニサキスは約2cm) |

【写真】 ノロウイルス・セレウス菌：さいたま市健康科学研究センター アニサキス：さいたま市保健所  
他：内閣府食品安全委員会(<https://www.fsc.go.jp/sozaishyuu/>)を加工して作成



# できていますか？ 衛生的な手洗い



1 流水で手を洗う



2 洗剤を手に取り



3 手のひら、指の腹面を洗う



4 手の甲、指の背を洗う



5 指の間(側面)、股(付け根)を洗う



6 親指と親指の付け根のふくらんだ部分を洗う



7 指先を洗う



8 手首を洗う(内側・側面・外側)



9 洗剤を十分な流水でよく洗い流す



10 手をふき乾燥させる



11 アルコールによる消毒

2度洗いが効果的です!

2~9までの手順をくり返し2度洗いで菌やウイルスを洗い流しましょう。

©公益社団法人日本食品衛生協会

## その他の食品による健康被害

### ▶ 異物混入

#### 苦情となる異物

虫、毛髪、金属(ネジなど)、ガラス、ビニール片、輪ゴム、クリップ

### ▶ アレルゲン(不適正表示など)

#### 表示義務(特定原材料)

えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生(ピーナッツ)

### 飲食店などでは正しい情報提供

お客さんからのアレルゲンの問い合わせに正しく答えるために、使っている材料などの資料を用意する、従業員教育をするなどの対応が必要です。



### こんなときは保健所にご連絡ください



下痢、おう吐、腹痛、発熱、血便などの症状のお客さんがいる…

▶ 症状がひどい場合には、医療機関の受診をすすめてください。

違反食品等※を製造・販売してしまった、異物混入してしまった…

※食品衛生法・食品表示法に適合しない食品や、健康被害を与えるおそれのある食品等



### ▶ きろくする

### HACCPに沿った衛生管理

食中毒予防3原則・モンスター図鑑を参考に、戦術(衛生管理計画)を作成しましょう。戦術の結果(実施状況)を記録し保管してください。定期的な検証でよりよい戦術(衛生管理計画)にして、お客さんとお店を守りましょう!



### さいたま市保健所食品衛生課

✉ さいたま市中央区鈴谷7-5-12  
☎ 048-840-2226  
📠 048-840-2232

このリーフレットは○○部作成し、1部あたりの印刷経費は●円です。(2022年●月作成)

## 防げ! 食中毒

# FOOD POISONING QUEST

食中毒予防でお客さんとお店を守る物語



## 食中毒予防3原則

### 1. につけない

- ・衛生的な手洗い  
作業前・トイレの後は2回!
- ・調理器具(包丁・まな板など)の使い分け  
洗浄・消毒(熱湯・漂白剤など)

### 2. ふやさない

- ・常温に放置しない
- ・冷却は小分けするなどして素早く!
- ・冷凍・冷蔵庫の温度確認

### 3. やっつける

- ・十分な加熱  
中心部が75℃で1分以上、ノロウイルスの汚染が疑われる食材は85~90℃、90秒以上
- ・アニサキスは冷凍  
-20℃で24時間以上



下痢やおう吐など体調不良時は調理に従事しないことが大切です。

・食中毒予防 ▶ する しない

詳しくは内側ページ

