

家庭でできる対策は？





夏場の食中毒にご注意ください

食中毒とは？

原因となる細菌・ウイルスが付着した食品や寄生虫などが含まれる食品を食べることによって、健康被害が起こることです。腹痛、下痢、嘔吐、発熱などの症状を引き起こし、時には命にも関わります。

夏は食中毒が起こりやすい？


食中毒は一年中発生しますが、6～8月は細菌を原因とする食中毒が多く発生します。食中毒を引き起こす細菌の多くは、室温(約20℃)で活発に増殖し始め、人間や動物の体温ぐらいの温度で増殖のスピードが最も速くなります。また、細菌の多くは湿気を好むため、気温が高くなり始め、湿度も高くなる梅雨時には細菌による食中毒が増えます。

主な細菌性食中毒				
	腸管出血性大腸菌	★ワースト1★ カンピロバクター	ウェルシュ菌	黄色ブドウ球菌
主な原因	・食肉、内臓肉(加熱不十分) ・牛糞堆肥などで汚染された生食用野菜など 	・食肉(生食または加熱不十分の鶏肉) ・井戸水 	食肉、魚介類および野菜類を使用した煮物(カレーやシチューなど) 	おにぎり、弁当、調理パンなど(人の鼻や髪の毛、皮膚などに広く存在し、特に化膿した傷から多く検出される) 
潜伏期間	3～8日	2～3日	6～18時間	1～5時間
症状	腹痛・下痢など	腹痛・下痢・発熱・頭痛・嘔吐など	腹痛・下痢など	吐き気・嘔吐・腹痛・下痢など
予防方法	・十分な加熱 ・手洗いと器具の洗浄消毒の徹底 ・保存時や調理時に、肉と他の食材(野菜、果物など)との接触を防ぐ(保存容器や調理器具を分けるなど) ・食肉を生や半生で食べない		・常温のまま放置せず、調理後すぐ食べる ・保存の際は小分けにして急激に冷却後、冷蔵または冷凍で保存する	・手洗い ・手指に傷がある時は素手で食品に触れたり、調理をしない ・調理中に髪の毛や顔を触らない

※細菌性食中毒事件発生数(令和7年)

食べ物に付着した細菌を「増やさない」

- 適切な温度での保管
- 調理後は速やかに食べる




食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」

- 十分な加熱



細菌を食べ物に「つけない」

- 手洗い
- 器具の洗浄、消毒



細菌による食中毒を予防するための三原則をしっかりと守りましょう。

予防するためには

問い合わせ先
町福祉センター健康福祉課
☎962-5151(直)

家庭での手洗いや食品の衛生管理に心がけ、食中毒予防に努めましょう