

肉の生食による食中毒に気をつけましょう！

加熱調理用の食肉を生で、又は加熱不十分で食べると、食中毒になる可能性があります！

肉はよく加熱して食べましょう（75℃、1分以上）。
また、生肉を取り扱う器具は使い分け、使用後はよく洗浄消毒しましょう。

Q1 新鮮な肉であれば、問題ないのでは？

A カンピロバクターなどの食中毒菌が付いていると、鮮度の良し悪しに関係なく食中毒を起こす可能性があります。保存期間の長さや食中毒になる危険性は関係ありません。食中毒を防ぐためには、保存期間の長さに関わらず、十分に加熱して食べましょう。

Q2 食肉にいる細菌は、どんな症状を起こすのですか？

A 下表のような症状を引き起こし、重症にいたる場合も少なくありません。十分注意しましょう。

Q3 生食用食肉とは何ですか？

A 法令等により定められた衛生基準に従って取り扱われた、生で食べられる食肉のことです。現在、一部の牛肉や馬肉などがありますが、流通量はわずかです。

食中毒原因菌	カンピロバクター	サルモネラ属菌	腸管出血性大腸菌 (O157など)
主な症状	発熱、倦怠感、吐き気、下痢	下痢、腹痛、発熱、嘔吐	激しい腹痛、下痢(血便を含む)
発症するまでの時間	2～5日	8～48時間	3～8日
このような症状に至る場合もあります	ギラン・バレー症候群(手足のまひ・呼吸困難など)	小児、高齢者の死亡例がある	・溶血性尿毒症症候群(腎機能障害・意識障害など) ・死亡例もある
主な原因食品(過去の事例から)	・とりわさ、鶏刺し、豚レバ刺しなどの生肉料理 ・加熱不足の焼き鳥等	・鶏刺し、豚レバ刺しなどの生肉料理 ・卵料理等	・牛ユッケなどの生肉料理 ・加熱不足の焼肉等

バーベキューや自宅での調理の際には、
「手洗い」「しっかり加熱」「器具の使い分け」
で食中毒を予防しましょう！

