

# 市民のみなさまへ

食中毒の原因の多くは、細菌による食中毒ですが、細菌は目に見えないことや、食品中で増えても、臭い、味や見た目が変わらないことが多いので、食中毒菌を「つけない・増やさない・やっつける」の三原則を守り食中毒を予防しましょう。

- ① 食中毒菌をつけない
  - ◆ 食品、手及び調理器具をしっかりと洗いましょう
  - ◆ 傷のある手や汚れた手で直接食品に触れないようにしましょう
- ② 食中毒菌を増やさない
  - ◆ 生ものは早く冷蔵庫に入れましょう
  - ◆ 調理したものは時間を置かずに食べましょう
  - ◆ 長時間の室温放置は避けましょう
- ③ 食中毒菌をやっつける
  - ◆ 食品内部まで十分に加熱しましょう
  - ◆ まな板、ふきんは殺菌し、よく乾燥させましょう

## 【参考資料】

### 1 ウエルシュ菌について

#### (1) 特徴

- ◆ ウエルシュ菌は人や動物の腸管内、土壌、水中など自然界に広く分布する
- ◆ 酸素が少ない環境を好む
- ◆ 熱に強い芽胞の形になると高温でも死滅せず生き残るため、食品を大釜等で大量に加熱調理すると、他の細菌が死滅してもウエルシュ菌の芽胞が残存することがある
- ◆ 大量のウエルシュ菌が摂取されると、小腸内で毒素を産生し、下痢等の症状を起こす

#### (2) 原因食品

- ◆ 肉類、魚介類、野菜類及びこれらを使用した煮物、その煮物を使用した弁当等
- ◆ 前日に大量調理されたカレー、シチュー、スープ、麺つゆ等

#### (3) 症状

- ◆ 腹痛、下痢など

#### (4) 潜伏時間

- ◆ 通常 12 時間以内(6～18 時間)

#### (5) 予防

- ◆ 前日調理、室温放置は避け、加熱調理したものはなるべく早く食べる
- ◆ 一度に大量の食品を加熱調理したときは、小分けするなど工夫をして急速に冷却しウエルシュ菌の発育しやすい温度帯に長く保持されないようにする

### 2 藤沢市における食中毒発生状況(本件を含まず)

	件数	患者数	死亡者数
2024年(1月1日～2月10日現在)	0	0	0
2023年(同期間)	1	44	0
2023年(1月～12月)	5	64	0