

食中毒予防に大切なこと

広島県食品生活衛生課

H25食中毒予防月間ポスター



名前



食中毒とは？



食べ物が原因で、おなかが痛くなる(腹痛)
下痢をする、熱が出る(発熱)など、身体
の具合が悪くなることを「食中毒」と言います。



食中毒の原因

食中毒には、細菌やウイルスによるもの、
毒キノコや魚のフグがもつ毒(自然毒)に
よるものなどがあります。
一番多いのは、細菌やウイルスによるもので
す。



細菌やウイルスは、目には
見えない小さな生き物です。

食中毒しょくちゆうどくがおこるわけ

たとえば、細菌の場合



●食中毒をひき起こす細菌が食べ物につく。

●細菌が食べ物の中で増える。

●身体の中で、さらに細菌が増える。

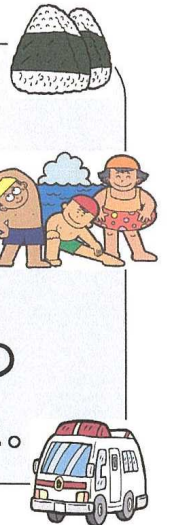
●身体の具合が悪くなる。



多くの食中毒は、細菌やウイルスや毒が、身体の中に入ってから1日から2日後におこりますが、みじか短い場合は、食後30分、長い場合は、しゅうかん いじょう食後1週間以上たってからおこることもあります。

食中毒しょくちゆうどくの事例じれい

夏休みの暑い日、『おむすび』をつくり、家族で海水浴にでかけました。海について荷物といっしょに置いておき、お昼になったので、『おむすび』を食たべたところ、約1時間後に、吐き気や嘔吐などのしょうじょう症状がでて、病院へ運ばれてしまいました。

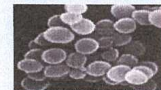


食中毒しょくちゆうどくになった理由りゆうは？

『おむすび』をつくったお母さんは、手の指にケガをしていました。



おうしやく黄色ブドウ球菌きゆうきんは、人の皮ふやかみの毛などひにいる細菌で、特に手の指など傷のあるところにたくさんいます。



★手の指の傷の黄色ブドウ球菌が『おむすび』につき、また、暑い中に置いておいたため、菌ふが増えて、毒素どくそが作られてしまいました。

■ 食中毒を防ぐには



食中毒を起こす細菌やウイルスがついた食品は、味やにおいでは区別できません。食中毒を防ぐには、調理や食事のときに、次のきまりを守ることが大切です。

① つけない

・調理や食事の前などには、石けんをつかって手をきれいに洗いましょう。



・包丁、まな板など調理器具をよく洗いましょう。



② ふやさない

・作った料理は、早いうちに食べましょう。

・すぐに食べない物は冷蔵庫に入れるなど、低い温度で保存しましょう。



③ やっつける

・よく加熱しましょう。



《参考・引用資料》

・正しく知ろう！「食(しょく)の安全」食中毒を防ぐ
(厚生労働省医薬食品局食品安全部作成)