



# 食の安全安心だより

## 1. ウエルシュ菌の今を知る

近年、ウエルシュ菌による食中毒は、様々な場面で発生しています。大鍋調理や作り置きがされやすい環境では、加熱後の冷却不足や長時間の保温により菌が増えやすく、特に注意が必要です。

### ◆全国のウエルシュ菌食中毒◆



参照：厚生労働省食中毒統計資料

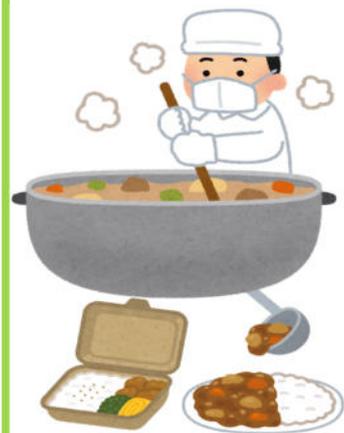
### ◆区内のウエルシュ菌食中毒◆

発生年	原因食品
2025年	仕出し屋の弁当
2022年	寮の給食
2019年	カフェテリアの食事
2017年	調理実習のカレー

世田谷区内でも、2~3年に1回の頻度でウエルシュ菌食中毒が起きています。引き続き、次の点に注意しましょう。

- ◎調理後すぐに食べる！
- ◎よくかき混ぜ、グツグツと十分に加熱！
- ◎保存は急速に温度を下げるよう心がけ冷蔵庫で！

東京都ウエルシュ菌食中毒予防動画(約20分)



## 目次

1. ウエルシュ菌の今を知る
2. 機能性表示食品のルール改正
3. 食品衛生用語解説
4. スポットライトじゃがいも

## HACCPの推進

◆世田谷区では、HACCP制度の導入・定着支援を行っています



世田谷区HACCP  
推進キャラクター  
**はさPOM**

## 2. 機能性表示食品のルール改正

2024年に発生した紅麹原料による健康被害問題を受け、機能性表示食品のルールが改正されました。経過措置が終了する2026年9月1日までに事業者は新ルールに対応する必要があります。

### 改正のポイント

- 健康被害報告の「義務化」と罰則(経過措置なし)
- 製造管理の厳格化(GMP義務化)
- パッケージ表示の視認性を向上
- 届出審査期間の延長(経過措置なし)

改正の柱は、**健康被害情報の行政報告の義務化**や、天然抽出物等を原材料とするサプリメント状の製品に対する**GMP(適正製造規範)の義務付け**です。これにより、万が一の事態における迅速な対応と、製造工程での品質均質化が法的に求められます。また、消費者の誤認を防ぐため、**パッケージ上部への「枠囲み表示」**や機能性表示の文言適正化など、外観デザインの変更も必要になります。





### 3. 食品衛生用語解説

世田谷保健所生活保健課  
食品衛生企画

〒154-8504  
世田谷区世田谷4-22-35

電話: 03(5432)2901  
FAX: 03(5432)3054

ホームページ: <https://www.city.setagaya.lg.jp/>



◆HACCPで守る衛生 得る信頼◆

#### ▶適正製造規範 (GMP: Good Manufacturing Practice)

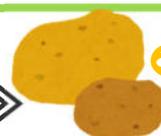
原料の受け入れから最終製品の出荷に至るまでの全工程において、「適正な製造管理と品質管理（機能性と安全性）」を求めるものです。これまで、医薬品の製造においてGMP認証が求められていましたが、天然抽出物等を原材料とするサプリメント形状（錠剤、カプセル等）の機能性表示食品の製造もGMPに基づくことが義務化されました。

HACCPとの違いは、HACCPが特に重要な工程（加熱温度・時間等）を管理し、製品の安全性を確保しようとする手法であるのに対して、GMPは原材料の受け入れから出荷までの全工程を組織的に管理し、製品が均一で表示ラベルどおりの機能性と安全性を確保できるようにする手法である点です。

#### GMPの三原則

- ・人為的な誤りを最小限にする
- ・汚染や品質低下を防止する
- ・高い品質を保つ仕組みを作る

実はじゃが芋はナス科の植物！  
トマトやナスの仲間です



### 4. スポットライト《じゃがいも》

日々の食卓に欠かせないじゃがいもですが、扱い方を誤ると天然毒素による食中毒を引き起こす恐れがあります。

じゃがいもの芽や、日光に当たって緑色になった皮には、ソラニンやチャコニンといった天然毒素（グリコアルカロイド）が多く含まれています。これらを摂取すると、数分から数日後におう吐、下痢、腹痛のほか、めまいや動悸、耳鳴りが起こることがあります。意識がもうろうとしたり、けいれんや息がしにくくなるなど、重い症状が出る場合もあります。

この毒素は皮や芽の部分に多く含まれるため、調理の段階でこれらを確実に取り除くことが不可欠です。

まず、芽は根元から深くえぐり取り、緑色に変色した皮は、中が白くなるまで厚めに剥き取ってください。もし食べた際に強い苦みやえぐみを感じた場合は、すぐに食べるのを中止しましょう。

また、保存方法も重要です。じゃがいもは日光だけでなく、蛍光灯の光に当たるだけでも緑化が進み、毒素が生成されます。光を遮断するために新聞紙などで包み、通気性の良い涼しい場所で保管してください。家庭菜園などで収穫された未熟なじゃがいもも毒素を多く含んでいることがあります。皮を剥かずに丸ごと調理することは避けましょう。

正しい知識を持ち、適切な下処理を心がけることで、安全に食事を楽しみましょう。

正しい知識を身に付けて食中毒を防ごう！