



# 食の安全安心だより

## 1 テイクアウトやデリバリーにおける衛生管理

コロナの流行を機に、利用が増えたデリバリーやテイクアウト。店内飲食に比べ、作ってから食べるまでの時間が長くなり、これからの季節は気温の上昇とともに、食中毒リスクも高まります。

### 事例1 配達弁当によるウエルシュ菌食中毒

温かいご飯と同一容器におかずを盛り付け、常温の配送車により配送。事業所職員748名中267名がおう吐・下痢。

### 事例2 サンドイッチの宅配によるノロウイルス食中毒

インターネット受注により、1日500食程度を調理し、配送した。3グループの計48名が、吐き気・発熱・おう吐・下痢。

対策 食中毒予防の3原則を徹底しましょう！

### 【食中毒予防の3原則】

#### 1 つけない

- ・手洗いの徹底
- ・用途による器具の使い分け
- ・調理者の体調管理を徹底し、症状がある時は従事を控える

#### 2 増やさない

- ・10 以下または65 以上での温度管理
- ・小分け等による速やかな放冷
- ・配送温度にも注意する
- ・提供後はすぐに食べてもらう

#### 3 やっつける

- ・食肉は中心部までよく加熱
- ・生卵、刺身等の生ものを避け、加熱メニューを提供



### 目次

- 1 テイクアウトやデリバリーにおける衛生管理
- 2 採らない 食べない 売らない 人にあげない
- 3 食品衛生用語解説
- 4 スポットライト キャンピロバクター

### HACCPの推進

- ◆世田谷区では、HACCP制度の周知と導入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 採らない 食べない 売らない 人にあげない

何の事？と思われましたか？

春先から**有毒植物**の誤食による食中毒が多く発生しています。

腹痛、おう吐などの症状や死亡例もあります。患者の半数は60歳以上といわれています。

山菜狩り 山菜に混じって有毒な野草が生えている場合があります

家庭菜園や畑 野菜と観賞植物（食べると有毒なものもあります）

を一緒に植えると、いつの間にか混在し、どれが野菜？となってしまいます

**まちがいをなく食用だと判断できない植物は、採らない！ 食べない！ 売らない！ 人にあげない！**を厳守

野草を食べて体調が悪くなったら、医者診察を受けましょう



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4-2-2-33

電話: 03(5432)2901  
FAX: 03(5432)3054

ホームページも  
ご覧ください

[https://  
www.city.setagaya.lg.jp/](https://www.city.setagaya.lg.jp/)

H A C C Pで守る衛生 得る信頼

## 3 食品衛生用語解説

### 有毒植物による食中毒

春先から初夏にかけて、スイセン、イヌサフラン、バイケイソウなどの有毒植物を誤食して発生する食中毒です。

**原因** 家庭菜園の植えた覚えがない植物を食べた  
観賞植物と一緒に栽培していた野菜を食べた  
ニラを食べたと思ったら、実はスイセンだった  
山菜採りで摘んだ山菜に紛れ込んでいた



詳しくは、[自然毒のリスクプロファイル](#)で検索してください

### 潜伏期間

細菌やウイルスに感染してから、発熱、下痢などの症状が出るまでの期間です。細菌・ウイルスの種類によって異なります。

たとえば、「中が赤かった焼き鳥（生焼け）を食べたら、5日後に発熱や下痢の症状が出た。受診先の検便検査でカンピロバクターを検出したと言われた。」この場合、潜伏期間は5日となります。

## 4 スポットライト カンピロバクター

前回に引き続き、カンピロバクターの倒し方について解説します。

この菌に感染すると、水のような下痢や腹痛、吐き気、38℃程度の発熱などの症状が現れます。症状は他の食中毒細菌と似ていますが、他の食中毒細菌の潜伏期間（1～数日程度）と比べ、2～5日程度と長いのが特徴です。

感染すると多くの場合は、自然治癒しますが、まれにギラン・バレー症候群という麻痺を伴う難病に罹ることが報告されています。これは、この菌の形が人の神経細胞の形に似ており、自分の免疫が誤って自分自身を攻撃するためだと考えられています。致死率は2～3%程度と高くはありませんが、重症化して後遺症が残るのを防ぐため、発症後の早めの治療が重要です。

それでは、どうすれば倒せるのでしょうか。

ピロ松君

答えは、熱と消毒です。カンピロバクターは、75℃以上の熱に数分さらされるとほぼ死滅し、塩素系消毒剤（次亜塩素酸ナトリウム）にも弱いです。

この菌が付いている可能性がある鶏肉などは、中心温度が75℃ 1分以上の加熱をしましょう。利用した調理器具も、塩素系消毒剤などで消毒しましょう。

これで、カンピロバクターは死滅します。

全2回に渡りカンピロバクターについて特集しました。最近、誤った低温調理の方法による事故が多発しています。75℃のお湯につけても、中心が75℃に達していなければ菌は死滅しません。重要なのは、表面温度ではなく中心温度です。

合言葉は、中心温度！