



# サルモネラによる 食中毒を防ごう

## サルモネラ属菌

- ・鶏・豚・牛といった動物の腸管や、河川、湖、下水道などに広く生息しています。
- ・乾燥に強いことが特徴です。
- ・わずかな量でも食中毒になるケースもあります。

## 症状

- ・腹痛、水様性下痢、発熱（ $38^{\circ}\text{C}\sim 40^{\circ}\text{C}$ ）、嘔吐、頭痛、脱力感
- ・症状がなくなっても、長期間にわたって体内にサルモネラ属菌を保菌することもあります。
- ・まれに、小児及び高齢者では重症化することがあります。
- ・潜伏期間：5～72時間

## 原因



- ・生卵、卵料理、生肉、ウナギなどの養殖魚、スッポン、菓子（卵を使用した洋生菓子）、いか乾製品
- ・サルモネラ属菌を保菌した人や調理器具を介して、二次汚染が発生するケースもあります。

# 予防方法

- ・十分に加熱する（中心温度75℃ 1分以上が目安）。
- ・卵や生肉は低温（10℃以下）保存する。
- ・卵の割り置きはせず、ひび割れた卵の使用は避ける。
- ・生卵、生肉の調理後の器具・手指は十分に洗浄、消毒する。



Q 卵を加熱しないで食べる場合は？

A 予防方法

- ・表示されている賞味期限内のものを選びましょう。
- ・新鮮なものを購入し、購入後は冷蔵保管しましょう。
- ・破卵（殻が割れている卵）やひび割れ卵（殻にひびがある卵）は使用せず、食べる直前に殻を割るようにしましょう。
- ・高齢者、2歳以下の乳幼児、妊娠中の女性、免疫機能が低下している人等に対しては、生卵（うずらの卵を含む）は避け、できる限り、十分加熱した卵料理を提供しましょう。



Q サルモネラ属菌は、哺乳類や鳥類にはいるが、は虫類にはいない？

A × 日本においては、カメなどのは虫類が原因と判明したサルモネラ症の事例が発生しています。動物を触った後は必ず手指を石けんを用い十分に洗浄してください。