



食品監視センターだより(第149号)



こんにちは。こちらは仙台市中央卸売市場内で食の安全を守る食品監視センターです。

東北地方もようやく梅雨が明け、非常に暑い日が続いていますが、夏バテはしていませんか？胃腸が弱ると細菌に対する抵抗力も落ちる上に、高温多湿のこの時期は細菌が繁殖しやすいので、食中毒も多くなります。食中毒に関する統計によると、家庭での食品の取扱いに問題があったために発生したものが全体の1割程度あり、実際にはさらに多く発生していると推測されます。家庭にも食中毒の危険が潜んでいるのです。

政府広報オンラインの暮らしのお役立ち情報では、食中毒予防の3原則「つけない」「増やさない」「やっつける」とともに、「食中毒を防ぐ6つのポイント」として「買い物」「家庭での保存」「下準備」「調理」「食事」「残った食品」の6つのポイントで「消費期限を確認する」「冷蔵や冷凍の必要な食品は、持ち帰ったらすぐに冷蔵庫や冷凍庫に保管する」「調理の前に手を洗う」など、具体的な方法が詳しく紹介されているのでぜひお役立てください。



参照：政府広報オンライン 暮らしのお役立ち情報

http://www.gov-online.go.jp/featured/201106_02/contents/point.html



7月の検査結果

食品分類	検査項目	検体数	違反等の数	採取海域・産地等
野菜・果物	残留農薬	10	0	ズッキーニ(宮城県産)、たまねぎ(宮城県産)、ねぎ(中国産)、ブルーベリー(アメリカ産)、キウイフルーツ(ニュージーランド産)、とうもろこし(千葉県産)、しょうが(中国産)、もも(福島県産)、なす(宮城県産)、モロヘイヤ(宮城県産)
養殖魚	動物用医薬品	5	検査中	ハマチ(高知県産)、マダイ(三重県産×2、愛媛県産×1)、カンパチ(愛媛県産)
生食用鮮魚介類(うに)	生菌数、大腸菌群、黄色ブドウ球菌、腸炎ピブリオ最確数	6	0	
岩がき	生菌数、E.coli 最確数、ノロウイルス、TTC	4	0	秋田県北部八森海域、秋田県男鹿船川海域、大分県豊後灘、新潟県聖籠海域
生食用鮮魚介類(刺身)	生菌数、大腸菌群、黄色ブドウ球菌、腸炎ピブリオ最確数	5	0	
魚介加工品(刺身同等品)	生菌数、大腸菌群、黄色ブドウ球菌、腸炎ピブリオ最確数	3	0	
二枚貝	下痢性貝毒	2	0	ホタテガイ×2(女川湾・牡鹿半島東部海域、津軽海域)
野菜・果物	放射性物質検査	24	0	※1
魚		8	0	

※1 検査品目に関しては「仙台市HP 農水産物流通食品の放射性物質検査について」を参照

URL：http://www.city.sendai.jp/kurashi/eisei/kanshi/1201561_2607.html



違反・不良食品指導状況

	発見場所	表示不備食品		取扱い不良食品		有毒・有害食品		
		魚介類	植物	魚介類	植物	魚介類	植物	その他
発見・指導件数	市場内	0	—	0	—	0	0	0
	市場外	0	—	0	—	0	0	0



138時間目：「塩分のはなし」

夏になると、塩の入った飴や飲み物などの食品を店頭で見かけます。塩は私たちの体に無くてはならない物です。暑い夏や大量に汗をかく運動時などは熱中症対策として水分補給とともに塩分を補給する必要があります。では、一日に必要な塩分量はどれくらいかご存知でしょうか？

厚生労働省が定めた「日本人の食事摂取基準」（2015年版）では一日あたりの目標値は成人男性が8g未満、女性が7g未満です。また、高血圧の治療をしている人は、一日6g未満にすることが推奨されています。最近では減塩を心がける人も多く、日本人の食塩摂取量はこの10年間で減少傾向にあります。しかしながら、平成25年度の国民健康・栄養調査の結果によると、成人の一日の食塩摂取量の平均値は、男性11.1g、女性9.4gであり、男女ともに目標値より多く食塩を摂取しています。食塩の取りすぎは高血圧をはじめとした生活習慣病に深く関わってきますので、注意が必要です。

H27年4月1日より新しい食品表示制度がスタートしました。5年間の経過措置期間を経て、東京オリンピック開催年の2020年4月からは加工食品の栄養成分表示が義務化され、「ナトリウム」は『食塩相当量』と表示されることとなります。（ナトリウム塩を添加していない場合は、『ナトリウム0mg（食塩相当量0mg）』と表示されます。）

塩分摂取の目安として、すぐに活用できるのがこの食品表示です。特に加工食品の表示に「ナトリウム0mg」と書かれているのを見たことはありませんか？

このナトリウム量から次の式で食塩相当量を求めることができます。

$$\text{【食塩相当量(g)} = \text{ナトリウム(mg)} \times 2.54 \div 1,000\text{】}$$

食品表示を上手に活用して適切な塩分摂取を心がけ、暑い夏を元気に乗り切りましょう。



参考：厚生労働省「日本人の食事摂取基準」（2015年版）
http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/syokuji_kijyun.html

※「フィッシャー先生の豆知識」は携帯電話からもご覧いただけますのでご利用下さい。



7月のふきとり検査結果

ふきとり検体	検査項目	検体数	目標値不達成 検体数
まぐろ体表	生菌数	24	1
	大腸菌群	24	2
	腸炎ビブリオ	50	0

まぐろ体表ふきとり検査目標値

生菌数 10万個/100cm²未満
大腸菌群 1,000個/100cm²未満
腸炎ビブリオ 陰性

◇◇お問い合わせ◇◇

仙台市食品監視センター 電話022-232-8155 FAX022-232-9005

食品監視センターホームページもぜひご覧ください

http://www.city.sendai.jp/shoku/1195227_2482.html