

# サルモネラ食中毒って何？



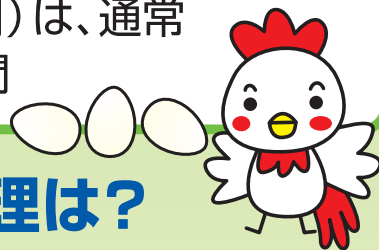
『サルモネラ菌』という食中毒菌によって発生する食中毒です

## サルモネラ菌の特徴は？

- 鶏、豚、牛、ペットなどが保菌している
- 菌の量が少なくても食中毒を引き起こすことがある
- 熱に弱いですが、乾燥には強い（冷蔵庫内でも生存できる）

## サルモネラ食中毒になると

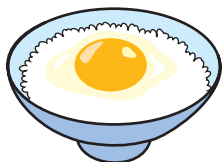
- 主な症状は腹痛、下痢、発熱（38～40℃）で、**高熱**を発するのが特徴
- 潜伏期間（感染してから発症するまでの期間）は、通常12～24時間



## サルモネラ食中毒の原因となる主な料理は？

### ①卵を使った料理

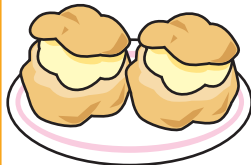
卵かけご飯



親子丼



シュークリーム



### ②肉を使った料理

とりわさ

※表面を湯引きした鶏肉



生焼けの肉料理



## 食中毒の原因

- 卵、肉を生や半生の状態で食べた（例：卵かけご飯、とりわさ）
- 加熱が不十分だった（例：生焼けの肉料理）
- 卵を割り置きしたため、サルモネラ菌が増殖してしまった（例：親子丼）
- 卵や肉を調理した器具の洗浄・消毒が不十分だった（例：シュークリーム）

裏面の予防法を守って、サルモネラ食中毒を防ぎましょう！

お問い合わせは

最寄りの各区保健福祉センター衛生課へ

青葉区 ☎225-7211(代) 宮城野区 ☎291-2111(代) 若林区 ☎282-1111(代)  
太白区 ☎247-1111(代) 泉区 ☎372-3111(代)

仙 台 市

# 家庭でできる サルモネラ食中毒予防の3つのポイント

## Point 1 菌をつけない

### 重要 調理器具を清潔に ～二次汚染※に注意～

- ①生肉や生卵を調理した調理器具はすぐに洗剤でよく洗い、熱湯や漂白剤で**殺菌・消毒**
- ②生野菜を切るときは、生肉を切る前に!



※二次汚染とは、手や調理器具に付着した食中毒菌が別の食材に移ることです。

### 手洗いの徹底

- ①調理前
- ②トイレのあと
- ③ペット等の動物に触ったあと
- ④生肉・生卵に触ったあと



せっけんをよく泡立てて、指や爪の間をしっかりと洗いましょう

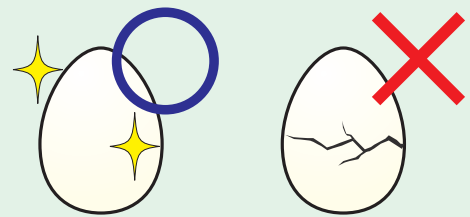
### 台所を清潔に

虫やペットを調理場に入れないようにしましょう

## Point 2 菌をふやさない

### 重要 卵の取り扱いに注意!

- ①卵を割ったまま常温で放置しない
- ②卵はひび割れのない賞味期限内のものを使う
- ③家庭では卵は冷蔵庫で保管

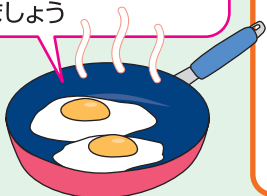


卵は割ったらすぐに使いましょう!

## Point 3 菌をやっつける

### 重要 食品はしっかり加熱しましょう

食品の中心を75℃以上の温度で、1分以上加熱しましょう



### 加熱の目安

- 肉は中心が茶色になるまで
- 卵は黄身が固まるまで
- 調理したものを温め直す時は、中まで十分に温めましょう

### 要注意!!

### 肉の生食はやめましょう!

肉を生で食べたことが原因で、サルモネラだけでなく、O157やカンピロバクター等による食中毒が発生しています。



子ども



高齢者



妊婦

これらの方々には食中毒になると**重症化**しやすい傾向があるので、肉だけでなく卵も生で食べることは控えましょう