

食中毒予防早見表

しょくちゅうどくきんめい 食中毒菌名 とくちょう 特徴 おも げんいんしょくひん 主な原因食品 しょうじょう ほっしょう じかん 症状・発症までの時間 よぼう 予防のポイント

<p>ノロウイルス</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●冬に発生が多い ●人の腸内で増える ●少量のウイルスで食中毒を起こす 	<ul style="list-style-type: none"> ●人の手を介してウイルスがついた食品 ●二枚貝 	<p>【症状】 吐き気、おう吐、下痢、腹痛、軽い発熱</p> <p>【発症までの時間】 24～48時間</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●十分な手洗い ●食品の十分な加熱 
<p>カンピロクター・ジエニ／コリ</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●家畜（鶏、牛、豚など）やペットなどあらゆる動物に分布 ●少量の菌で食中毒を起こす 	<ul style="list-style-type: none"> ●肉料理（特に鶏肉） 	<p>【症状】 下痢、腹痛、発熱、吐き気、おう吐</p> <p>【発症までの時間】 2～5日と長い</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●生肉と調理済みの食品は別々に保管 ●生肉で使ったまな板・包丁を他の食品に使わない ●食品（特に鶏肉、牛肉）の十分な加熱
<p>腸管出血性大腸菌</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●家畜（特に牛）の糞便に存在 ●少量の菌で食中毒を起こす 	<ul style="list-style-type: none"> ●動物の糞便などに汚染された様々な食品 ●肉料理（特に牛肉） 	<p>【症状】 下痢、腹痛、発熱、おう吐、血便</p> <p>【発症までの時間】 2～8日と長い</p>	<p>焼肉をする場合の予防のポイント！</p> <ul style="list-style-type: none"> ●肉を生で食べない ●肉や添えてある野菜は、十分に加熱して食べる ●肉を焼く箸と食べる箸はわける ●生肉に使った調理器具は十分に洗う 
<p>サルモネラ属菌</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●動物や自然界に広く存在 ●低温、乾燥に強い 	<ul style="list-style-type: none"> ●卵料理 ●肉料理（特に鶏肉） 	<p>【症状】 腹痛、激しい下痢、発熱、おう吐</p> <p>【発症までの時間】 6～72時間</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●食品（特に肉、卵）の十分な加熱 ●卵や肉を10℃以下（できれば4℃以下）で保存する。 
<p>腸炎ビブリオ</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●海水に生息（真水に弱い） ●菌の増えるスピードが早い 	<ul style="list-style-type: none"> ●魚料理（特にさしみ） 	<p>【症状】 腹痛、水様下痢、発熱、おう吐</p> <p>【発症までの時間】 8～24時間</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●魚介類は、真水でよく洗う ●魚介類は10℃以下（できれば4℃以下）で保存する 
<p>ウェルシュ菌</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ●動物の腸内や土などの自然界に広く存在する ●酸素のないところで増える菌で芽胞を作る（芽胞は100℃、1～6時間の加熱に耐える） 	<ul style="list-style-type: none"> ●煮込み料理（カレー、シチュー、野菜煮付け）など <p>芽胞って何？ 菌が苦手な環境（熱や乾燥）から身を守る殻のようなもの</p> 	<p>【症状】 下痢と腹痛（おう吐や発熱はまれ）</p> <p>【発症までの時間】 6～18時間</p>	<ul style="list-style-type: none"> ●調理後速やかに食べる ●食品中で菌が増えるのを防ぐため、加熱調理食品の冷却は速やかに行う ●また、食品を再加熱する場合は、十分に加熱して、早めに食べる 

少量の菌でも発症

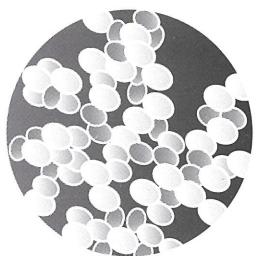
手あらいと かねつてバイバイ ノロウイルス
入善町立入善小学校 田平 千佳

とり肉を キッチンと加熱 ていねいに
富山市立奥田中学校 岩田 大輝

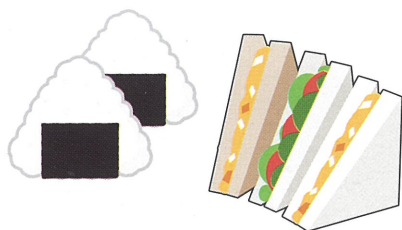
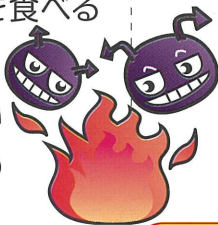
箸ふたつ 肉を焼く用 食べる用
富山市立奥田中学校 堀 友海

できたカレー じょう温ほうち あぶないよ
富山市立堀川南小学校 田中 陽稀

黄色ブドウ球菌



- 人(皮膚や鼻の中、毛髪はこ)や動物に広く存在
- 菌が作る毒素を食べることで発症
- 毒素は熱に強い(100℃、40分の加熱に耐える)

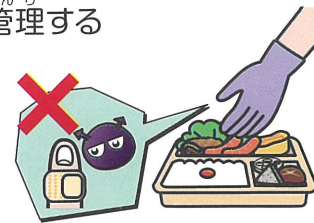


おにぎりは ラップや手袋 してにぎる

高岡市立成美小学校 嵯峨 陽向

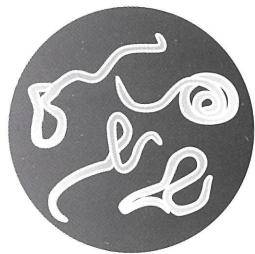
- 【症状】吐き気、おう吐、腹痛、下痢
- 【発症までの時間】1～3時間(短い)

- 「下」が手洗い
- 手荒れや手に傷のある人は、食品に直接触れない(使い捨て手袋を着用する)
- 低温で管理する

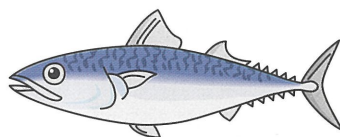


寄生虫

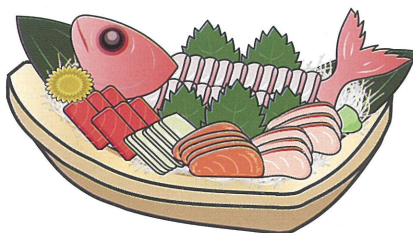
アニサキス



- アニサキス幼虫はサバやアジなどの魚介類に寄生
- 醤油やわさびをつけても死なない



- 刺身など生の魚介類



- 【症状】激しい腹痛、おう吐
- 【発症までの時間】急性胃アニサキス症：数時間～十数時間
- 急性腸アニサキス症：十数時間～数日後

- 目視で確認してアニサキス幼虫を除去
- 魚の内臓を生で食べない
- 20℃ 24時間以上の冷凍
- 60℃ 1分または70℃以上の加熱

アニサキス 加熱冷凍 よく見よう

射水市立新湊南部中学校 勝山 瑛心

自然毒

毒キノコ



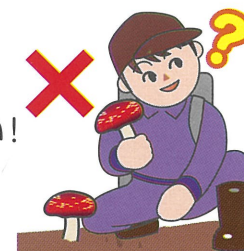
- 9月、10月に多く、食用のキノコと誤って食べることで起こる
- 加熱しても毒は分解されない(毒は煮汁にもとけ出します)

【主な毒キノコ】

- ツキヨタケ
- クサウラベニタケ(いっぽんしめじ) など

- 【症状】おう吐、下痢、腹痛、神経症状
- 【発症までの時間】20分～1時間
- ※キノコの種類によって異なる

- 食用のキノコと確実に判断できないキノコは採らない!
- 食べない!
- 売らない!
- 人にあげない!



その山菜 そのきのこたち 食べれるの?

舟橋村立舟橋小学校 長原 もも香