

あんあん ニュース

制作：食品安全推進委員会 発行：コープ北陸事業連合

12月号

平成29年
11月27日発行

食品安全推進委員会とは

組合員、学識者、コープ北陸役員からなる委員会です。コープ北陸の安全確認業務がしっかり行われているか、対応が適切かなどの監査を行っています。

あんあん
第51話

安全確認強化中！



あんあんニュースのバックナンバーはこちらのホームページでご覧になれます

コープ北陸事業連合ホームページ <http://www.coop-hokuriku.net>

冬に気をつけたい 食中毒

～ノロウイルスとO157～

冬の食中毒といえば「ノロウイルス」が代表的ですが、夏に発生しやすい「O157(腸管出血性大腸菌)」による食中毒もまだまだ油断は禁物です。それぞれの特徴を知り、冬の食中毒を防ぎましょう。



ウイルス性食中毒 ノロウイルス

- 感染力が強く、少量のウイルスで発症
- 乾燥に強い
- 熱に弱い(90℃・90秒以上の加熱で死滅)

主にウイルスに汚染された手指・食品・ドアノブや手すりなどの物を介して経口感染し、ヒトの腸管細胞で増殖。腹痛、嘔吐、下痢などを引き起こします。また、食中毒が発生した場合は感染した人の便や嘔吐物中のウイルスが飛び散らないよう適切な処理・消毒を行い、二次感染を防ぐことが大切です。



細菌性食中毒 O157(腸管出血性大腸菌)

- 少ない菌数で発症
- 低温に強い(冷蔵・冷凍では死滅しません)
- 熱に弱い(75℃・1分以上の加熱で死滅)

大腸菌はヒトの体内にも存在しほとんどは無害ですが、O157のように家畜などの糞便中に時々見られ、糞便や糞便に汚染された水、食べ物や人を介して感染する菌(病原大腸菌)もあります。O157は腸管内で出血性下痢の原因となるペロ毒素を産生し、溶血性尿毒症症候群(HUS)や脳症などの合併症を引き起こし、重症化する場合があります。

家庭での食中毒予防は台所から!

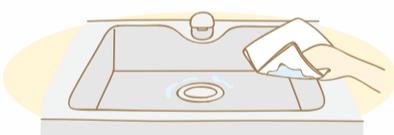
きれいにしている台所でも、食中毒の原因となる細菌やウイルスがまったくいないとは限りません。付着・増殖しやすい箇所に注意し、清潔に保ちましょう。

三角コーナー・排水溝



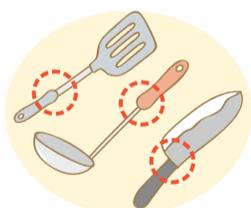
生ゴミはこまめに片付ける

シンク



洗った後は水気を拭き取る

包丁・おたまなど



洗い残しやすい柄のつなぎ目は念入りに

まな板

使用時は肉用、魚用、野菜用で使い分ける
表面の傷に入り込んだ汚れまでしっかり洗う

スポンジ・たわし

定期的消毒を
使用後はよくすすぎ、洗剤成分を洗い落とす

細菌の増殖を防ぐには加熱、乾燥が有効です。洗った後の熱湯消毒や食器乾燥機などを上手に活用しましょう。また、まな板には日光での消毒も効果的です。



ミニ知識

もしかして食中毒かも?と思ったら...

食中毒の主な症状

- 吐き気 ● 腹痛 ● 嘔吐 ● 下痢 ● 発熱 ● 血便 ● 頭痛
- 神経症状(言語障害、呼吸困難、視力低下、嚥下困難) など

食品を食べて発症するまでの潜伏期間は、原因となる菌やウイルスによって0.5時間～8日程度とさまざまです。腹痛や嘔吐、下痢が主な症状ですが、発熱などの症状は風邪と間違いやすいので気をつけましょう。

家庭での応急処置と注意点

- 下痢や嘔吐からくる脱水症状と、吐いたものが気道に詰まるのを防ぐことが大切です。スポーツ飲料などで水分を補い、横向きに寝かせましょう。
- 自己判断で下痢止めの薬や解熱鎮痛剤を飲まないようにしましょう。特に下痢止め薬の服用は細菌や毒素を体外に排出しようとする体の機能を妨げ、症状を悪化させる恐れがあります。
- 上記のような症状がある場合は、できるだけ早く診察を受けましょう。薬を飲んでしまった場合はその薬を持参し飲んだことを伝えましょう。



水分摂取はこまめに

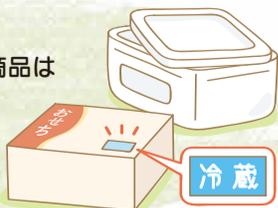


年末年始は食品の取扱いに注意しましょう!

チェックしてね

チェック①

おせちなど、届いた商品は保存方法・温度を確認後速やかに保管



チェック②

おせちの取分けは食事用とは別の箸を使用



チェック③

食事後、残った際は食品に適した温度と方法を守って保存



開封後は消費期限や賞味期限にかかわらず早めに食べきる

保存場所と温度

● 10℃以下…冷蔵庫 ● -18℃以下…冷凍庫 ● 冷暗所…暗くて冷えている場所(1～15℃が最適)。温度が低すぎたり湿気がある場所は避ける。