

# あんあんニュース



## どうして起こる？ 食中毒の原因を知ろう！



1年のうち6～10月にかけては特に細菌性食中毒の発生が多くなりますが、食中毒の原因は「細菌」や「ウイルス」以外にもさまざまな種類があり、それぞれ特徴も異なります。食中毒の原因を正しく知って予防しましょう。

ピックアップ

### 2021年の発生件数344件 患者数354人 アニサキス症

体長約2～3cmの線虫で  
目で見えますが筋肉部分に入り込むと  
発見が難しい

サバやサンマ、カツオ、サケ、アジ、イカなどの刺身や寿司、またこれらの魚の冷凍・加熱処理が不十分な食品などを食べることで発症する。



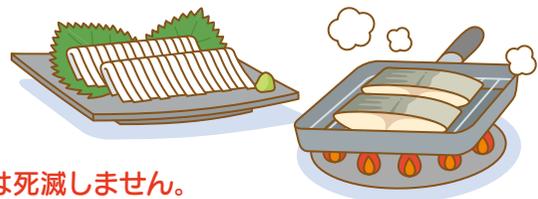
#### 症状

数時間～数日後にみぞおちの激しい痛み、吐き気、嘔吐、激しい下腹部痛  
腹膜炎症状、じんましん・アナフィラキシーなどのアレルギー症状など

#### 予防方法

- 購入の際は新鮮な魚を選ぶ
- 60℃で1分以上加熱
- -20℃で24時間以上冷凍

一般的な料理で使う酢や塩では死滅しません。



## 特に気をつけたい！ 種類と原因を ピックアップ！

食中毒の発生件数、患者数は厚生労働省 食中毒統計資料より

寄生虫  
食中毒



細菌性  
食中毒



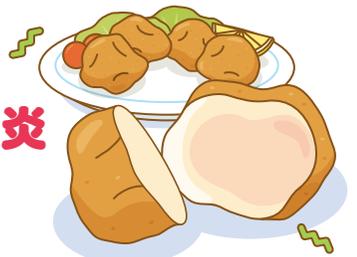
自然毒  
食中毒



ピックアップ

### 2021年の発生件数154件 患者数764人 カンピロバクター腸炎

生や加熱不足の肉(主に鶏レバーや鶏刺し  
鶏のタタキなどの鶏肉料理)、生の肉に使用した調理器具に触れた食品を食べることで発症する。



高温は苦手だけど  
低温は平気！



#### 症状

1～7日後に下痢、腹痛、発熱、吐き気、嘔吐、頭痛、悪寒、倦怠感など  
上記の症状以外にも、ギラン・バレー症候群(筋力低下の進行から手足の麻痺、呼吸困難など)を発症することがあります。

#### 予防方法

- 中心部を75℃以上で1分以上加熱
- 肉を扱うときは他の食品と調理器具や容器を分ける
- 肉を扱った後の手や調理器具はしっかり洗う



症状や発症までの時間は原因物質により異なります。



予防が大事だね

ピックアップ

### 2021年の発生件数27件、患者数62人<sup>(\*)</sup> スイセン・イヌサフラン などによる中毒症

(※) 植物性自然毒による発生件数と患者数

スイセンの葉をニラ、イヌサフランの葉をギョウジャニンニク、球根を玉ねぎなどといった有毒の植物を食用の植物や野菜と誤って食べてしまうことで発症する。



#### 注意！

- 家庭菜園や畑などで野菜と観賞用の植物を一緒に栽培しない
- 食用と確実に判断できない場合は「採らない」、「食べない」、「人にあげない」



最悪の場合  
死に至る  
ことも！

食中毒は飲食店や施設で発生する印象ですが家庭内でも発生します。しっかり対策をしましょう！

